كتاب
مرآة المرأه

وضع

الدكتور الانكليزي المشهور آرثر البت (D.C.L, L.L.D.)

الحاصل على كثير من المداليات ودبلومات الشرف وعضو في
الجمعيات الطبيه بأثينا وأبورتو ونيويورك ومدريد الخ

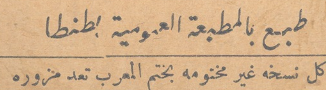
ترتيب وتعريب

السيد محمد منيب (A.C.G.I, B.Sc.)

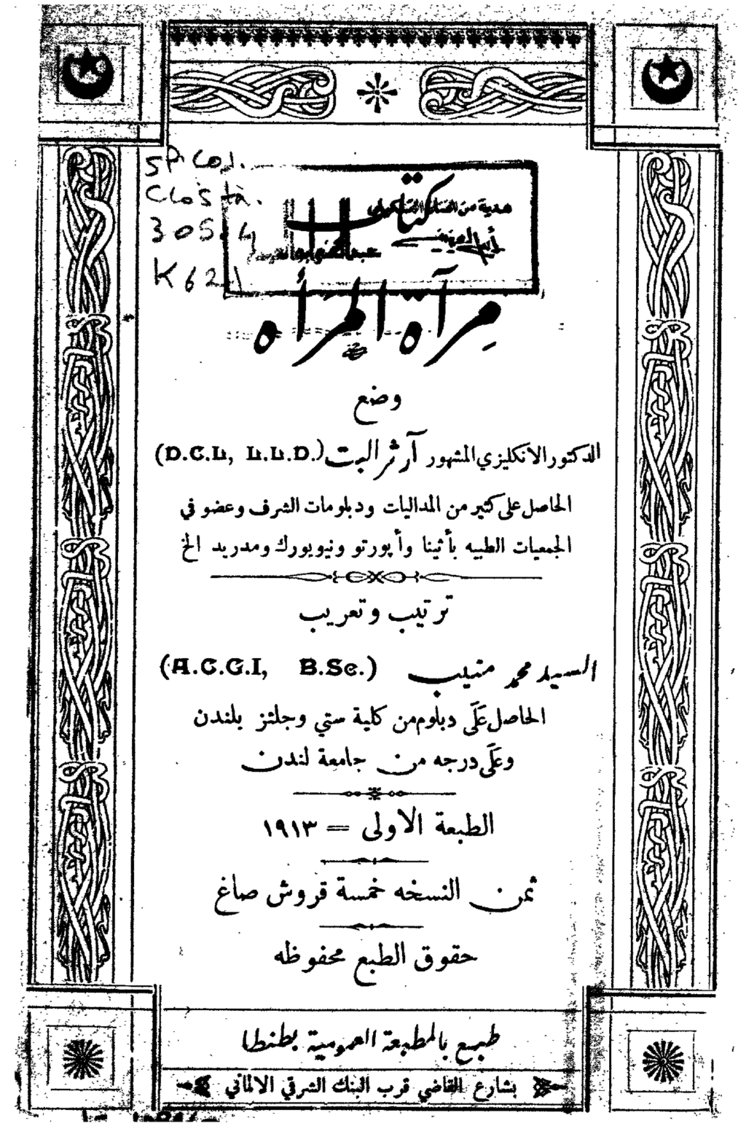
الحاصل على دبلوم من كلية سيتي وجلدز بلندن
وعلى درجه من جامعة لندن

الطبعة الاولى = ١٩١٣

ثمن النسخه خمسة قروش صاغ


طبع بالمطبعة العمومية بطنطا



مرآة المرأة

وضع

الدكتور الانكليزي المشهور آرثر البت (D.C.L, L.L.D.)

الحاصل على كثير من المداليات ودبلومات الشرف وعضو في الجمعيات الطبيه بأثينا وأبورتو ونيويورك ومدريد الخ

ترتيب وتعريب

السيد محمد منيب (A.C.G.I, B.Sc.)

الحاصل عَلَى دبلوم من كلية ستي وجلنز بلندن وعَلَى درجه من جامعة لندن

الطبعة الاولى = ١٩١٣

ثمن النسخه خمسة قروش صاغ

طبع بالمطبعة العمومية بطنطا

بشارع القاضي قرب البنك الشرقي الالماني

فهرست

مقدمة

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على جميع المرسلين وبعد فقد أتيت الى مصر فى سبتمبر هذا العام ووجدت أن عندي من الوقت ما يمكنني شغله بما ينفع ابناء وطني . فتحولت أفكارى الى كتاب طبي وضع أحد الاطباء الأنكليز الشهيرين وعزمت على ترتيبه وترجمته يشجعني على ذلك أعتقادى باحتياجنا الشديد لمثل ما احتوى عليه هذا الكتاب من البحث في الحمل والولادة اللتين لا ينقطعان الا بانقطاع العالم الانسانى. وهناك فصل مختص برضاعة الطفل وتربيته وهو مهم جداً لان الطفل ما هو الا رجل المستقبل فان ربي التربية الكاملة الصحيحه شب قوي البنيه ذا عقل سليم فيكون عضوا عاملا ورجلا نافعا لأمته والا مات (كما يحصل الآن بكثره) أو عاش ضعيف القوى والصحة قليل التبصر .

ولا شك في أن صيانة المرأة الحامل لصحتها والبحث

في تربية الطفل لمن الوسائل التي نكون بها من ذوى الاجسام الصحيحة والعقول السليمة حتى نصبح قادرين على تحمل الاتعاب ومكافحة الصعاب التي نلاقيها ابان تأدية الأعمال المطلوبه منا .

السيد محمد منيب

— ١٩١٢ —

١

الفصل الأول

بلوغ البنت

نصيحة الأم — اذا ما بلغت البنت الرابعة عشره وكانت على وشك البلوغ وجب على الأم التكلم معها بخصوص التغيرات الطبيعيه المشرفة عليها . فتخبرها عما عساه يحصل وتبين لها كيف تعمل الطبيعه لانماء هيئة المرأه لان النصيحة الطيبة الصحيحة الصادرة من والدة شفيقة عاقلة فى مثل هذا الوقت قد تساعد كثيرا فى منع الشر والخطر وربما كانت هى الواسطة فى تخليص البنت من كثير من الضرر . ويلزم تشجيع البنات على الكلام مع امهاتهن (أو من ينوب عنهن فى تربيتهن) بما يعتريهن مما يزعجهن فى مثل ذلك الوقت . فكم من بنت تركت وهى تسبح في بحور الجهالة نشأت سليمة القلب غير عارفة بجميع ما يختص بها معرفته وقد أفزعتها التغيرات الهائله التي اعترتها في مبتدأ بلوغها . فأن ترك البنت وأيمن الحق جاهلة بالقوانين التي

تدبر كيانها لقساوة شديدة

عوارض البلوغ ونتائجه — يعترى البنت الصغيره بعض العوارض فيأخذ منها الاستغراب مأخذه . فهي تحس بتعب وتشعر بورم وشد في اسفل البطن وبألم في الأصلاب (فوق مقعدها) وفي منتهى الظهر . ويورم عضوها التناسلي بالتهاب فيه ويورم الثديين فيؤلمها كل ذلك وتشعر بالحمى ويكون عندها اضطراب وربما اعتراها اختناق في الرحم وكان بها شيء من مرض العصب .

تمكث هذه العوارض من خمسة الى ثمانية ايام ثم يخرج منها شيء مشابه للسيلان الأبيض المهبلي فيتحول شيئاً فشيئاً الى دم صاف ثم تزول جميع العوارض السابق ذكرها ويستمر نزول الدم بضعة ايام ثم ينقطع تدريجاً ويظهر ثانياً (كما هو مشاهد في اغلب البنات) كل أربعة أسابيع أو ثلاثين يوماً ويسمى حينئذ ـ بالعاده .

الحيض — تنزل "العادة" للبنت ان هي بلغت (أى في سن الرابعة أو الخامسة عشره) وربما ظهرت فجأة بلا محذر فترعب البنت كثيراً جداً خصوصاً الجاهلة بذلك من قبل .

وهذه "العاده" المشار اليها تبين بلوغ البنت ويعقبها تغيرها التغير العظيم من حيث الشكل الظاهرى والشعور المادى والادبى فيغطى الشعر ما فوق عضوها التناسلى ويزيد التجويف العظمي المكون لأسفل البطن حجماً في كل ناحية فيصير شكله ذلك الشكل الخاص بالنساء. ويكبر الثديان وتستدير البطن وتتنوع الاعضاء تنوعا يجعلها تظهر بمظهر النساء في جميع اعضائها.

وقد يلاحظ ايضا تغيير في حالة البنت وسلوكها فتصير اكثر حياءً وارتباكا وكثيرا ما تحب الوحده وتلازمها الكآبة بدل ماكان لها من حياة ملوءها الابتهاج والمرح. ويتغير صوتها أيضا ويصير لينا ذا نغمة رخيمة كنغمة المرأة.

يخرج من البنت دم في أوقات معينه من الاعضاء التناسليه ويكون مصدره من أسوار الرحم فيطلق عليه اسم "الحيض" أو "العاده" وهنالك بنات كثيرة تأتيهن "العادة" في أوقات غير منتظمه – مثلا كل شهرين أو ثلاثة أو أربعة أشهر. وحالة كهذه لاتوجب الخوف أن لم تتغير بسببها صحتها العموميه تغيرا حسياً. وهي تتسبب

من ضعف في العضو التناسلي . وكلما كبرت البنت أتتها "العادة" في أوقات منتظمه تلي الواحدة الاخرى . وأن لم يغير العمر من حالتها هذه ترك اصلاحها للمعانقة الزوجية الأوليه . وحقيقة القول أن أغلب البنات اللاتي يذهبن الى الأطباء بخصوص عدم الانتظام في الحيض لا ينصحهن غير الزواج لتحسين حالتهن فقلما أفادت العقاقير في مثل هذه الأحوال الا ان أرادت لبس فرزجة ساق أي (Stem — Pessary)

وليكن معلوما أن من النساء من تؤلمهن "العاده" الشهريه كما آلمتهن أول مره وتشتد عليهن الآلام والمغص كلما كن منحرفات الصحه وربما دامت حالتهن هذه لحين زواجهن فيسبب تعانق الزوجين الأولى أو ولادة أول طفل أزالة ما كان يأتيهن من الموضيق . وتمكث "العادة الشهريه" من خمسة الى ثمانية أو عشرة أيام وتفقد المرأة وقتذاك من ثلاثة الى خمسة أوقيات .

وتختلف النساء فيما سبق للكلام عليه بحسب عاداتهن وحياتهن ومآكلهن وجو بلادهن . واذا استعملت المرأة

العقل والتدبير تتمتع بكمال الصحة وقت "العاده" وذلك بأنها تعيش عيشه طيبة ببساطة . متجنبة البرد . معتدلة في كل الاشياء . غير متناولة من الكحول . تلبس الملابس المدفئة المناسبه ممتنعه عن لبس جواربة القطن وقت الرطوبة والبرد مغيرة أياها بجواربة صوفيه . تقي رجلها من البلل . وتلزم التروض وتجتنب التعب الشديد عندما تأتيها "العاده" كل ذلك يخفف وطأة آلامها فيأتي عليها الحيض بغير أن تقاسي كثيرا أما أعراض الحيض المختلفه كقلته او عدمه او كثرته او سقامه وآلامه او ما يسمى بالمرض الأخضر (أي الكلورُوسس كاصطلاح السوريين) او السيلان الأبيض المهبلى فهى اما أن تزول بالزواج او بالترتيب المناسب في الجماع ان كانت المرأة متزوجة . فان لم تفارق المرأة تلك الأعراض رغما من اعتنائها بنفسها فعليها بمشاورة الطبيب والتجنب عن تناول مايعلن بالجرائد من حبوب او أدويه تشفى امراض النساء . وأنى أنصح كل امرأة باستعمال المناشف الصحيه كفوط هارمن (Harman's Sanitary Towels) عندما تأتيها "العاده". ويلزم

غسل عضوها التناسلي بصابون ڤينوليا (Vinolia Toilet Soap) والماء الدافئ فليس هناك شيء يعادل النظافه في مثل هذه الاوقات .

ومن البنات البالغات من يأتيهن حبوب (دَمامل) على الوجه . ويتسبب مرض الجلد هذا من عدم انتظام العاده ومهما كان شديداً فانه يزول في غالب الاحيان بالزواج . ويمكن ايقاف هذه الحبوب بالأخذ من مسحوق سيدلتز (Chanteaud Seidlitz) في الصباح وبتناول حبه من سلفيد الكلسيوم (Chanteaud Sulphide of Calcium) ست مرات يوميا . ويلزم غسل الوجه بصابون ڤينوليا الكبريتي (Vinolia Sulphur Soap). وبما أن هذه الدمامل تتسبب غالبا من العضو التناسلي فيمكن أزالتها بحقن المهبل بالماء الساخن .

البكاره — وهناك حالات يجدر بنا ذكرها هنا وهي أن بعض البنات يتغيرن في شكلهن ويرد عليهن جميع اضطرابات الصحة العموميه المذكوره سابقا بغير أن يخرج منهن أي دم وربما انتفخت البطن وصارت ذات حجم كبير جداً فيصدر ممن يسيء الظن بعض التأويلات الكاذبه . وتترتب

هذه الحالة غالبا من غشاء البكاره ألا وهو ذلك النسيج الموضوع فى صدر فتحة ممر المهبل مغطيا إياه التغطيه التامه فلا يتمكن ألدم اذ ذاك من النزول بل يتكون فى الرحم والمهبل . ولا يمكن ازالة حالة كهذه الا بقطع هذا الغشاء بمشرط ويلزم أن لا يعمل هذه العمليه الا الطبيب الجراح .

ولمناسبة المقام أقول أنه كلما لزم عمل أى كشف على البنت أو عمل أى عملية كالسابق ذكرها يلزم بقاء الأم أو أحدى النساء المتدربات فى الغرفه أثناء الكشف . ولا ينبغى اهمال هذه النصيحه فان الطبيب يود ذلك دائما . ويلزم مراعاة هذه القاعده فى النساء سواء كن متزوجات أو لا فتستصحب الواحدة الأخرى معها اذا لزم اى كشف لأن مراعاة هذه العاده تخلص كلا المريض والطبيب من الحزن ووسوسة الفكر .

تحذير — وليسمح لى القراء هنا أن أحذر البنات الصغيرات السن والبنات البالغات من « سوء استعمال انفسهن » ألا وهى العادة القبيحه المنتشرة بينهن فاتباعها يضر بالصحه ويسبب مرض الاعصاب ويزيل كل لذة

حقيقيه للجماع الصحي بهدم الشعور الأصلي الرقيق المسبب من اجتماع امرأة برجل .

٢

الفصل الثانى

نبذة في الزواج

سن الزواج — عرفنا مما تقدم أن هناك عوارض كثيرة تعترى الانثى وهى فى ريعان الشباب يشفيها الزواج ولذا يلزم والديهـا الاسراع فى زواجهـا عندما تبلغ السن المناسب . وطبعا لا ينبغي لأى والد ان يلزم أبنته أن تتزوج بغير ارادتها أو تقترن طول حياتها بمن لا يمكنها ان تحبه . ومن رأيي أن البنت لا تتزوج قبل أن تبلغ من العمر سن العشرين تقريبا لانها ان ولدت كانت ولادتها أعظم خطراً فى سنها الصغير عنه فيما بعده .وهناك تعدادات واحصاءات تبين ما تقوله كل التبيين . فمن سن الخامسة عشره الى سن الخامسة والعشرين مثلا يموت (٦٧٠) امرأة من كل (١٠٠,٠٠٠) تلد . ومن سن الخامسة والعشرين الى سن الخامسة والثلاثين يبلغ عدد الموتى منهن (٤٢٥) ويزيد هذا العدد الى (٦٦٠)

بين سن الخامسة والثلاثين والخامسة والأربعين والى (٨١٠) بين الخامسة والأربعين والخامسة والخمسين واليك البيان :

من ١٥ الى ٢٥	من ٢٥ الى ٣٥	من ٣٥ الى ٤٥	من ٤٥ الى ٥٥
٦٧٠	٤٢٥	٦٦٠	٨١٠
في كل ١٠٠,٠٠٠	في كل ١٠٠,٠٠٠	في كل ١٠٠,٠٠٠	في كل ١٠٠,٠٠٠

فمن ذلك نرى أن أكثر الموتى يحدث بين الخامسة عشره والخامسة والعشرين وبين الخامسة والاربعين والخامسة والخمسين . ففى المدة من ١٥ الى ٢٥ خصوصا الى سن العشرين لم يكمل نمو المرأه الجسمانى ولم تتنمو أعضاؤها العظميه بعد ويكون هناك بعض النواقص الاصليه الجوهريه التى لاتزول الا بزيادة العمر . وفى المدتين من ٣٥ الى ٤٥ ومن ٤٥ الى ٥٥ تكون قد تصلبت أعضاء المرأه اللينه نوعاً ويكون هناك فتق فى الرحم وفيضان دم ونفاد فى القوى والتهاب وغير ذلك من الأضرار . فيمكننا حينئذ أن نقول أن عدد من يموت فى سبيل الولادة بين العشرين والخامسة والثلاثين قليل بالنسبه للمدد الأخرى . فمن

العقل والتدبير أن تسرع المرأه فى الزواج توا بعد أن تبلغ العشرين وان تزوجت قبل بلوغها لهذا السن فعليها أن تقرأ الفصل الثاني عشر من هذا الكتاب فتؤجل الحبل لحين بلوغها هذا السن .

صحة الزوج وصفاته – وانى أحب أن ألفت أنظار جميع النساء المتزوجات أو اللاتي يفكرن فى الزواج لبعض الاشياء الواجب عليهن معرفتها .

فقبل أن ترضى الفتاه بالزواج عليها أن تعرف تماما اخلاق من يريد الاقتران بها وما هو عليه من الوجهه الأدبيه والعاميه ومقدرته على راحتها . ولتكن متيقنة أيضاً أنه خال من أى مرض معد يمكن وصوله اليها بالجماع . فانى أعتبر أنه من الواجب على كل والد ووالدة أن يعرفا شيئا بخصوص صحة من يريد التزوج بينتهما . وهذا لأهميته كأهمية (ان لم يكن اكثر أهمية) معرفتهن بما تملكه يداه من رغد العيش . فربما تلفت صحة الزوجه طول حياتها ومرضت أطفالها المساكين ان هى تزوجت برجل يكمن في جسمه المرض . انى أقصد بذلك ما يسمى بالزهرى فانى لأحب

أن تكون عادة الفتيات أو والديهن أن يطلبن شهاده حديثه تشهد ببراءة الرجل من هذا المرض المعدى . ويلزم أسقاط الحشمه الكاذبه فى مثل ذلك . ولا ينبغى للمرأة أن تتزوج بمن به سل أو بمن كان فى أسرته الجنون . كذلك لا ينبغى لها أن ترضى بمن أنعكف على شرب الخمر الا ان ارادت أن تكون حياتها منبعاً لعدم الراحه والتعس . ولا بد أن تكون واثقه من حسن صحة الرجل حتى يمكنه الحصول على القوت او يكون عنده أموال وممتلكات تصيرها فى رغد من العيش فليس هناك حق لأحد أن يترك اسرته تسترزق من صدقة الغير .

الأسنان — ويلزم المرأة أن تصلح جميع اسنانها قبل الزواج فتملأ جميع ما بها من المغاور عند حكيم اسنان حاذق . فان أهملت ذلك سبب الحبل وجعاً في الاسنان فتفقد منها شيئاً ثم يلي ذلك عسر الهضم وسببه المضغ الناقص فيتسبب قلة الدم للرضاع . ولتغسل أسنانها صباحاً ومساءً بالصابون والماء . ولتجتنب لبس كل شئ مشدود لأن معنى الخصر الرقيق والقوام الأهيف الصحة السيئه وأزاحة

أعضاء التناسل الداخليه من مكانها وفي هذه الأزاحة عدم امكان حمل الطفل بغير الخطر والألم الشديدين .

الجماع – وقد ينزل من المرأه عندما تنكح لأول مرة دم كثير وذلك لفتق احدى الأوعيه الصغيره الآ انه يزول سريعا فلا موجب لانزعاج المرأة منه . وان لم ينقص الدم فلا بأس بغمس قطعة من الاسفنج فى صبغة الحديد (Tincture of iron) ووضعها على المحل المدمى والا ضغط عليه بالأصابع طويلا حتى يزول نزول الدم أو يمكن استعمال ما يوقف النزيف (اختراع رسبينى) (Ruspini's Styptic) .

واذا آلم المرأة الجماع بعد المحاولات الأوليه فهنالك لاشك ما يدعى بتشنج ممر المهبل والأحسن أن يترك ذلك لطبيب جراح حتى لا يكون هناك عائق للهناء بالمعيشه الزوجيه .

وهنالك الكثير ممن تزوجن حديثا يتسببن فى تلف صحتهن تلفا عظيما بانكبابهن على كثرة النكاح خصوصا مدة الأشهر الأولى من الزواج . فيلزم مراعاة الاعتدال فى ذلك لان كثرة النكاح قد تجلب على المرأة ما يسمى بالسيلان الابيض المهبلى أو ما يغير معالم "عادتها الشهريه" . كذا عليها أن تعلم أن الرجل

تنتهك قواه من انعكافه على النكاح قبلها فلذا لا ينبغى تشجيعه على الجماع الا ان أراد .

ومن تأخرت فى التزوج وجب عليها اجتناب كثرة الجماع لئلا يتسبب منها فيضان الدم الكثير عندما تأتيها " العاده " . ولا ينبغى للمرأة أن تسمح لزوجها ان يجامعها طول مدة الحيض (العاده) . ولتعلم ان السيلان الابيض المهبلى يسبب التهاب عضو الرجل التناسلى فلتحقن لنفسها بالماء والشب (Alum) صباحاً ومساء ان نزل منها شيء من ذلك أو تحقن من خلاصة قشر هملك الامريكي (Gedd's Canadian Hemlock bark extract) بأن تضع منه ملعقة كبيرة على نحو رطل من الماء الساخن قليلاً ولا تناكح زوجها كثيرا حتى تشفي نفسها .

وليجتهد كل من الرجل والمرأة أن يكونا مسرورين فرحين لا يكدر بالهما شيء ما وقت النكاح لان وجود أى حزن أو شيء مزعج للهيئة العقليه أو الجسمانيه وقت الجماع مضر .



الفصل الثالث

علامات الحمل

لا يمكن للمرأة التي لم تبلغ من العمر الخامسة والأربعين أن تكون آمنة علي نفسها من عدم الحمل ولذا يجب عليها أن تعرف علاماته حتى تطمئن على نفسها ولا ينبغي أن تكون هذه العلامات شغلا شاغلا لها يضر صحتها. وليس المراد من هذا الكتاب ملأ عقل المرأة بما لا يلزمها من التوضيحات الطبيه بل سنذكر لها العوارض التي تنبئها أنها من الحوامل واحدة بعد الاخرى مرتبة حسب ما هو جار. وعلامات الحمل اثنان باطنيه وظاهريه:

فالعلامات الباطنيه هي ماتشعر به وتقاسيه من انقطاع "العاده". والقيء في الصباح. وتقطير الريق من الفم. ووجع الاسنان. وتغيير الشهيه مع الاشتياق لمآكل غريبه (الوحم). وتحريك داخلي. ولا يفهم هذه العوارض

مثل المرأه نفسها فبها يمكنها غالبا معرفة حالتها وأنها حامل .

أما العلامات الظاهريه فهي مايلحظه الغير من كبر في البطن . وتغير حجم الثدى ووجود اللبن فيه . وسماع قلب الطفل عند وضع الاذن على البطن . واتساع العروق في الرجل وغيرها . وتغير لون ممر المهبل الى اللون البنفسجى . وتغير في رقبة وفم الرحم . وعلامات اخرى لا يعرفها الا الحكيم الحاذق .

أما انقطاع العاده الشهرية فهي غالبا من العوارض الاكيده التى تنبئ عن الحمل . ألا أن هناك بعض نساء صغيرى السن ممن تزوجن حديثا ينقطع عنهن الحيض ولا يأتى الاكل ثلاثة اشهر او اربعة مع ورم في الثدى وكبر في البطن ومع ذلك فهؤلاء النساء لا يكن حاملات بل يكون ذلك نتيجة الاضطراب الذى يحصل في الهيئه الجسمانيه من المعانقه الاوليه الزوجيه التى طالما كانت زائده عن الاعتدال ومضره . وهناك بعض نساء يأتى عليهن الحيض بعد الحمل لمدة ثلاثة أو اربعة اشهر . ومن النساء من يأتيهن طول مدة حملهن وآخريات من لا يأتى لهن الا

عندما يكنّ حاملات الا أن ذلك من النادر جداً .

وعلى العموم ان لاحظت المرأة المتزوجة انقطاع الحيض عنها (وليس هناك سبب يدعو الى ذلك كبرد مثلا) يجب ان تنظر فى حالتها بعين الاشتباه خصوصا أن كانت قد مضى عليها بضعة اشهر متزوجة بلا انقطاع الحيض عنها .

الغثيان والقئ — من النساء من يأتيهن الغثيان والقئ بعد حملهن باربعة او خمسة أيام ومنهن من لا يعتريهن شئ من ذلك مدة الحمل أو يأتيهن بعد شهر تقريبا الا أن القليل من النساء من ينجون من الغثيان والقيء .

اما القئ فيأتى (على ما تجري عليه العادة) فى الصباح عند القيام من الفراش ولذا يسمى "مرض الصباح" . ومن خاصية هذا المرض ان المرأة القوية المتحسنة صحتها لا تتقيأ الا الاشياء المخاطية كبياض البيض أما باقي الطعام فيبقى في المعده . وقد تلتذ المرأة من طعامها وتتجدد اشتهاؤها للطعام الصباحى وتشعر بحسن حالتها طول يومها . ولا شك أن هنالك حالات من التقيء شديده تلزم الواحدة أن تخرج مافى معدتها من المآكل . وقد تدوم حالتها هذه لحين انتهاء

مـدة الحمـل . وعلى كل حال قـد ينقطع الغثيـان والقيء (كما هى العاده) آخر الاسبوع الثانى عشر من دور الحمـل . فاذا لاحظت المـرأة حينئـذ وقوف الحيض واعتراها "مرض الصباح" تيقنت بعض التيقن أنها داخلة في دور الحمل .

تغير لون ممر المهبل – هذه من العلامات الأوليه للحمل ومعرفتهـا مفيده جدا . فان الجلد أو الغشاء المخاطى الذى يبطن داخل المهبل ذو لون وردى محمر هـذا ان كانت المرأة غير حامل . ويتغير الى اللون البنفسجى ان كانت المرأة حـاملاً . فاذا أتت المرأة بمرآة ونور قوى امكنها بأداره قليله أن تلاحظ هذا التغير فى اللون بنفسهـا وزوجها أو جارتها يمكنها بسهولة أن تقف على تغير اللون ان هى فرّقت الشفتين ووسعت فم ممر المهبل قليلا وكان النورمضيئا على تلك الجهه . وقـد يكون هناك قيح ابيض مصفر قايلا يخرج من رقبة الرحم . وان هذه لمن العلامات الأوليه الصادقه فلتلفت المرأة لها الانظار .

اللعاب – هـو بصاق أو ريق زائد فى الفم يأتى أثناء دور الحمل . وقد يلازم المرأة طول مدة حملها وربما تكون

بكميات كثيره فيتقطر من الفم من آن الى آخر حتى يبلغ التقطير نحو رطل كل اربع وعشرين ساعه . ومن المعتاد أن تكون كمية اللعاب قايله .

النبض – من علامات الحمل المهمه والتى يمكن المرأة النبيهه ملاحظتها هى أن سرعة النبض لاتتغير ان كانت المرأة حاملا جالسة كانت هى أو واقفة أو راقده . أما ان كانت المرأة غير حامل فنبضها يكون أبطأ منه فى الرقود عن الوقوف . وكيفية معرفة سرعة النبض هو أن يضغط الانسان على معصم يد المرأه ضغطا خفيفا (محل الضغط تحت الكف بنحو سنتيمتر وفى ثلث معصم اليد) فيشعر أذ ذاك بالنبضات فيمكنه حينئذ بواسطة منبه او ساعة بها عقرب للثوان أن يعرف مرات النبض فى الدقيقه فى الجلوس مثلا ويكرر عد نبض المرأة قياما وكذا رقودا ايضا وبمقابلة الاعداد يمكنه الاستنتاج .

العروق – قد تكبر عروق الساق أيضا وتصير ورمه وربما ظهرت البواسير وآلمت المرأة كثيرا .

وجع الأسنان – من علامات الحمل المؤلمه

المكدره وجع الأسنان فقد تفقد المرأة سنة أو أكثر كل مرة تحبل فيها وليس من التدبير والعقل أن تخلع المرأة شيئا من أسنانها فى دور الحمل لأن اضطراب القوى الجسمانيه وارعابها ربما سبب اسقاط الجنين .

الشهيه الغريبه — تشتهي اغلب النساء الحاملات مآكل غريبه يسمينها بالوحم .

فان ظهرت العلامات السابق ذكرها دفعة واحدة أو الواحدة بعد ألاخرى على نحو الترتيب الموضح سابقا تأكدت المرأه من نفسها تأكدا يكاد يكون كلياً أنها حامل.

واذا زاد على ذلك شيء من العلامات الظاهريه كتغير فى الثديين وكبر فى البطن لم يبق للشك مجال واسع .

الثديان — اما الثديان فيبتدئان فى الورم في الشهر الثانى من دور الحمل . وتشعر المرأة الحامل بملئهما وحنانهما وطراوتهما كذا تخفقانهما مرارا عديده وتملأ عروقهما بالدم وتظهر كأنها معقوده . اما الحلمه (بز) فتكون طريه جدا وربما امكن الانسان اخراج اللبن منها فاذا خرجت نقطة واحدة منها كان ذلك من اصدق علامات الحمل .

اما الدوائر التى تكون حول الثدى فيكون لونها احمر مشربا بالسواد قليلا .

البطن —— أما البطن فلاتبتدئ في الكبر الا بعد انتهاء الشهر الرابع من الحمل وقبل ذلك الوقت ينخفض الرحم فيظهر الجسم أصغر من العادة واكثر اعتدالا . وتبتدئ البطن في الكبر من ابتداء الشهر الخامس شيئا فشيئا حتى لا يأتى الشهر التاسع الا وقد وصل الرحم نهاية عظمة الصدر المنخفضه فاذا ارتفع الرحم فى البطن اندفعت السره شيئا فشيئا الى الخارج .

التحريك الداخلي —— هذا من العلامات التى تهتم بها المرأة كثيرا وتظن ان الحركات التي تشعر بها فى نحو أواخر الشهر الرابع متسببه من دخول الروح فى جسد الجنين . وذلك خطأ فاحش لأن الجنين حيّ فى جسم والدته من وقت تصوره في الرحم . ولا دليل على أن الحركات الداخليه متسببه من تحرك الجنين فى الرحم فأن معظم الاطباء متفقون على أن ذلك ناتج من ارتفاع الرحم فى الجسم لا من الجنين لان ذلك الارتفاع يحصل فى أواخر

الشهر الرابع . ومهما كان سبب تلك الحركات الداخليه فانها ولاشك من اثمن علامات الحمل .

هذه هى أهم العلامات التي يجب على المرأة الوثوق بها والتي تؤكد لها حالتها أن ظهرت جميعها . ومع كل اذا وقف عنها الحيض واعتراها مرض الصباح وورم الثديين ووجع الاسنان وشهيه غريبة فقط فانى انصح المرأة أن تعتنى بصحتها غاية الاعتناء وتستعد لأن تكون أماً .

وهناك علامات أخرى أكيده لا يعرفها الا الحكيم الماهر فلا بأس بأن تذهب اليه المرأة ليمتحنها وينفى الشك عنها .

فليقرأ هذا الفصل الصغيرات السن من النساء ممن تزوجن حديثا لأنهن غالبا جاهلات بعلامات الحمل مستحيات أو خجلات من سؤال من تجاورهن من المتزوجات . وعلى الأمهات أن تنصح بناتهن اللاتى على وشك الزواج فيما يختص بالتناسل الزوجى حتى لا يعكرن صفو بناتهن ويضعفن صحتهن بهذا التغافل .

٤

الفصل الرابع

صيانة المرأة الحامل لصحتها

من أراد من النساء أن لا تتحمل المتاعب وقت الحجز (أى توا بعد الولاده) بل تصح سريعا ويكون لها طفل ذو صحة جيده فعليها بالمواظبه على حفظ صحتها تمام المواظبه أثناء حملها. وبما أن الامر كذلك وجب علينا أن نشرح لها كيف ترتب معيشتها اليوميه وتعامل بعض ما يعتريها من الامراض وهى حامل بما يفيد حتى تنأى عن الاخطار. كذا عليها ألا تشغل بالها أو تكدر صفوها. فان حصل شىء أخافها وعلمت أنه لا يمكنها التفاتها لنفسها ينبغى أن تستحضر الطبيب وتعمل بنصيحته. وبما أن الحمل شىء طبيعى للغايه فلا خوف على المرأة ذات التركيب العادى فقط يلزمها الاعتناء بنفسها فيما يختص بالمأكل والمشرب والتروض واستنشاق الهواء النقي وترتيب الامعاء وغير ذلك مما

سنشرحه تباعا :—

المأكل : أما مأكلها فيلزم أن يكون بسيطا ومغذيا فليحتو الفطور مثلا على شاى أو قهوة أو كاكاو (مسحوق جوز الهند) وعلى شيء من العيش وبيضة واحده مسلوقه سلقا خفيفا أو على بليلة قمح أو ذرة شرطا أن يوقد عليها بالنار ساعتين على الأقل ليسهل هضمها . وهذه البليلة كما هو معلوم تعمل بتنظيف القمح مثلا وتنقيته ثم وضعه فى أناء به ماء ويوقد عليها النار حتى يتحقق من استوائها ولا بأس بان خلط عليها اللبن مع القليل من السكر . فان واظبت المرأة على ذلك الفطور المغذى الخفيف خفت عليها الآلام التى تعتريها مدة الحمل .

ويمكنها فى الغذاء أن تأكل قطعة لحم صغيرة مشويه وتكثر من الخضارات المطبوخه ان أرادت . أما لحم العجل ولحم الخنزير فكلاهما مضر . وعليها ترك الأنواع الحاره كالطرشى والمش الخ ولا بأس ان استعملت الملح مع لحمها وخضاراتها لانه نافع للدم . أما الأرز بلبن والفواكه المسلوقه فلا بأس بأكلها كذلك السمك المسلوق — لا المقلى — فان

مقو للاعضاء العصبيه ومساعد لنمو الجنين فى الرحم . وأحسن شيء للشرب وقت الغذاء هى المياه المقطره لأن الشاى والقهوه يمنعان هضم ماأكلته المرأة من اللحم فلذا يلزم التجنب عن شربهما في مثل هذا الوقت . أما العيش فيلزم أن يكون قديما لأن حديثه يضر بالهضم والعيش القمحى أو الحنطى مفيد للمرأة الحامل لأنه منظم للامعاء مقو للاعضاء العصبيه وللدم ومساعد علي انماء الجنين . وعلى المرأة أيضا التجنب عن اكل الجبنه وكثرة الأكل فى العشاء ففنجال كاكاو مع العيش أو اللبن المغلى والعيش أو الثريد مثلا كاف للعشاء ولا بأس ان اكثرت من اللبن الجيد والفواكه الناضجه سواء كانت طبيعيه أو مطبوخه . أما الكعك والفطير والبسطه وما شابه ذلك فلا بد أن تتجنب اكلها .

المشرب :— ولتمتنع المرأة أيضا عن كل الكحول المهيجه قبل كل شيء . فمن عرفت لصحتها أو صحة جنينها قيمه فعليها الا تلمس النبيذ أو البيره أو أى نوع من انواع الخمور أو المهيجات لأن ذلك مضر جدا فالتتبع هذه النصيحه الثمينه ولتكن ممتنعه عن كل المسكرات . كذا وأنى أحذرها

من تناول المقدار الكبير من الشاى أو القهوه بل يكفى لها شرب فنجال نصفه شاى أو قهوه والنصف الآخر لبن هذا فى الصباح وفى المساء أى وقت العشاء وبذلك تتحسن صحتها . ومع كل فان الكاكاو أحسن بكثير من القهوة أو الشاى ولا مانع ان حل مكانهما لانه مغذ خصوصا ان كان ما خلا من الغش وخلط به اللبن .

الملبس :— ان الملبس لمن أهم الأشياء التي يجب الالتفات اليها . فيلزم أن تكون ملابس المرأة الحامل الداخليه من الصوف الخالص . وليصل كما صدريها لحد المعصم ورجلا اللباس لما بعد الركبه . ولتكن جواربتها طويله مرفوعه برباط مثلا . ولا ينبغى للمرأة استعمال الكورسيه (اى مشد للوسط) أو ما شابه ذلك مما يعطل جريان الدم والتنفس . أما ملابسها الخارجيه فيلزم أن تكون واسعه حتى تحرك اعضاءها بسهوله .

فاذا بقى للمرأة اكثر من خمسة اشهر وهى حامل فعليها أن تلبس ملفاً حول البطن ليحمل هذا الجزء من جسمها ويمنع الرحم من السقوط كثيرا الى الامام . وهذا الملف قد

يعمل من الصوف للتمكن من توسيعه ويلزم أن تكون شرائطه من خلف . وهذا الملف (أو الزنار) قد يعمل بالمنزل أو يطلب من الاجزخانه فلنك پرفكشن (Perfection adjust-able binder) مثلا تمدحه الأطباء وثمنه نحو ثمانين قرشا . وأنى لا أنصح المرأة الحامل بجعل ملابسها الداخليه من الصوف الخالص الا توقيـة لهـا من التغيير الجوى حتى لا تكون معرضة للبرد وبذلك تنأى من الاحتقانات والالتهابات وينتبه الجلد ويجرى الدم بسهولة على سطح جسمها حتى اذا مسها برد فجائى فليس من الممكن أن يساق الدم الى بعض اعضاء الجسم الداخليه فيسبب كثيرا من الاختلالات الجسمانيه .

التروض والهواء النقى : — على المرأة ذات الصحة الجيدة أن لا تترك واجباتها المنزليه لكونها حاملا لان عمل كل من العقل والجسم واجب من واجبات الحياه وبه تعيش المرأة مستريحه ومطمئنه على نفسها من اغلب الأمراض . وعليها أيضا أن تروض نفسها بان تتمشى نحو ساعه على الاقل كل يوم فى الهواء الخالص النقى (هذا ان لم يمنعها زوجها) لان الرياضه البدنيه ضروريه للجسم ولا

بأس بأن تستريح نحو ساعتين على السرير أو الكرسى فى منتصف النهار (بعد الغذاء) ان ساعدتها أعمالها المنزليه على ذلك . وعليها أن تبكر الى النوم فتستريح نحو ثمانى أو تسع ساعات كل ليله .

أما حجرة النوم فلا بد أن تكون خالصة الهواء نقيه لا كما يشاهده الانسان بالقطر المصرى من عدم تهوية الغرف خوفا من التراب مثلا فيصير الهواء فاسداً غير قابل للاستنشاق بل يلزم تجديد الهواء دائما فيظل الشباك والباب المقابل له مفتوحين مثلا ويكون السرير بجهة من الغرفه لا تأتيها التيارات البارده . ولتجديد الهواء طرق اخرى منها أن يؤتى بقطعة ورق مقو بعرض الشباك ونحو نصف متر فى الارتفاع فتضع في وسط الشباك حتى اذا ما دخل الهواء الخارجى دخل من تحت ذلك الورق المقوى فاذا خف بسبب حرارة الغرفه صعد وخرج من فوقها . ولا ينبغى انارة مصباح (لمبه) غازى فى حجرة النوم ليلا لان ذلك مما يجعل الهواء فاسداً للغايه . واذا كان الجو بارداً فلا بأس بايقاد نار فى الحجرة لانها تساعد على تجديد الهواء انما يجب الا يكون هناك

دخان. وان لم تلاحظ المرأة الحامل تلك التعليمات ولا تستنشق ماتقى من الهواء فلا تلوم الا نفسها أن فسد دمها وضعفت حالتها وصحة طفلها حتى قبل ولادته .

ترتيب الامعاء :— لاينبغى أن تكون المرأة الحامل مقبوضه الأمعاء (أى عندها امساك) لأنها ان استمرت على ذلك تتعب كثيراً عند الولاده هذا خلاف ماقد ينتج من الأمساك . ولا بأس بأن تكون مآكلها مرتبة لأمعائها بمعنى أنها تكثر من العيش القمحى والفواكه المطبوخه والبليله . فاذا دام هذا الامساك أمكنها التناول من بعض العقاقير كمركب مسحوق عرق السوس (Compound liquorice powder) فتملأ منه ملعقه صغيره وتضيفها لفنجال من الماء البارد وتأخذها عند النوم أو تشرب ملعقتين كبيرتين من زيت الزيتون عند النوم أيضا لأن هذا الزيت آمن من زيت الخروع الذى يهيج الامعاء . أما الملح الانكليزى فلا لزوم للتناول منه بل هناك تركيب من المجنيز يدعى "مسحوق سيدلتز" (Chanteaud Seidlitz) يباع بمعظم الاجزخانات فيمكن اضافة ملعقه او ملعقتين

صغيرتين منه الى القدح من الماء البارد فتؤخذ فى الصباح وبذلك يزول الامساك هذا خلاف تنقيته للدم .

أما التين والتمر والزبيب والتفاح الطيب الناضج فلا بأس بأكلها فهي منظمه ايضا للامعاء .

فاذا حصل مع ذلك امساك شديد فلا بأس بأن يحقن بالماء والصابون وقدر أوقيه من زيت الزيتون تخلط ببعضها وتستعمل مرتين أو ثلاثه أو اكثر فى الاسبوع وتعطى هذه الحقنه في الصباح . ويلزم أن يكون بكل منزل محقنه كمحقنة (Higginson's Enema syringe) أى محقنه "أ نما عمل هجنسن" مثلا . وقد تستعمل المرأه المحقنة نفسها لنفسها بعد القليل من التمرين .

٥

الفصل الخامس

عوارض الحمل ومعالجتها

سنذكر هنا بعض العوارض التى قد تعترى المرأة مدة الحمل والوسائل التي يجب أتخاذها تلقاء هذه العوارض . فان تعسر عليها الاعتناء بنفسها وصارت تلك العوارض شاغلا لها فعليها بالسرعة فى استدعاء الطبيب .

(القىء :— أذا أعترى المرأة القىء مدة من الزمن سبب انحلال قواها واختلال كيانها وربما جلب عليها الاسقاط . يلزمها اذاً أن لا تترك للقىء الحبل الطويل بل يمكنها شراء القليل من أكسالات السيريوم (Oxalate of cerium) فتضيف منه ما يمكنها اضافته الى قطعة الأثنين مليم (نكله) مع قليل من الماء وتستعطى ذلك ثلاثه أو أربعة مرات يوميا فيكون مفعوله حسناً لطيفاً . واذا كان القىء شديداً فلا بأس بالأستراحة على الكنبه أو السرير لأنها مفيده فى مثل ذلك الوقت .

الأسهال :— اذا حصل اسهال عند المرأة يلزمها المنع من شرب الكنياك ومن الأكثار من اكل الملح وشرب الكاكاو وغير ذلك مما يترتب عليه عسر الطبيعه نوعا والا يؤخذ خمس نقط من اللودنوم (Laudanum) ثلاث مرات أو أربعة يوميا . أو يشرب اللبن مضافا عليه ماء الجير . وان خلط بأنجلوڤن (Ingluvin) القليل من اللبن أو الماء وأخذ منه كل ثلاث ساعات وكانت كل جرعة من هذا الانجلوڤن بمقدار ٠٫٦٤ جرام لزال الأسهال والقيء اللذين يعتريان المرأة وهي فى دور الحمل .

الأمساك :— قد سبق الكلام عليه فى الفصل الرابع وهو ان كان شديد فليركب التركيب الآتى فى الأجزخانه :—

خذ من سائل خلاصة الكسكره سجرادا	Take fluid extract Cascara sagrada
وشراب بسيط	Simple syrup
وماء، من كل واحدة أوقيه واخلط الجميع	Water, of each one oz, Mix.

ويؤخذ من هذا التركيب ملعقة صغيره كل ثلاث أو أربع ساعات . وقد يزول الأمساك ايضا اذا حقنت المرأة لنفسها بنحو ملعقه صغيره من الجليسرين .

اللعاب :— يمنع اللعاب اذا غرغر الفم بمخلوط صبغة المر (Tincture of myrrh) والماء البارد وذلك باضافة ملعقة صغيره من هذه الصبغه الى ما يملأ كأس النبيذ من الماء .

البواسير :— يستعمل لذلك مرهم العفص والأفيون (Galls & opium) في الصباح وفي المساء واذا أخذ جرعة من الكبريت والترياق (Brimstone & treacle) في الصباح يهدأ هذا الداء . كذلك الأستعطاء من مسحوق سيدلتز (Chanteaud Seidlitz) بترتيب ونظام أو من خليط كسكره سجرادا (المنوه عنه في الصفحة الماضيه) مرتين او ثلاث مرات يوميا يوقف البواسير .

وجع الاسنان :— قد يخف هذا الوجع ان قطرت المرأة القليل من حامض الفنيك او الكاربوليك كاصطلاح السوريين (Carbolic acid) في السن المسوس أو

دهن هـذا السن وما حوله من اللثه بواسطة فرشـة شعر صغيره من خليط نصفه صبغة اليودا Tincture of iodine) والنصف الآخر صبغة الأكونيت (Tincture of aconite) وهذا الخليط سم فيلزم ألاّ يبلع . واذا دهنت المرأة سنها المؤلم لهـا بمحلول الكوكايين (Solution of cocaine) بقوة عشرين في المائه (يؤتى به من الاجزخانه) يذهب عنها الوجع حالا . وهناك أداة صغيره اختراع الدكتور (ملر) ترش محلول الكوكايين في السن المسوس وثمنها نحو خمسين قرشا .

وجع الأعصاب :- وهو يأتى في الوجه والرأس وقد يزال بالدلك بمخروط من المنثول (Menthol) أو بوضع لزقة المنثول أو قطعة صوف جافه وحاره على محل الوجع . ولا ينبغي الاستعطاء من الأشياء المسكنه كاللودنوم (Laud-anum) أو الكلورودين (Chlorodyne) الاّ بأمر الطبيب .

السعال (الكحه) :- قد يكون السعال متعبا وشاقا فى الثلاثة الاشهر الاخيره من دور الحمـل ولذا يستحسن امتصاص الصمغ العربي . أو الاستعطاء من شاى بزر الكتان . أو أخذ ملعقة صغيره من الجليسرين ثلاث أو

أربع مرات يوميا . ولا بأس بامتصاص اقراص الكوكايين أو التربنتينا (Cocaine or terebene lozenges) .

الأغماء :— اذا غشى على المرأة الحامل فلتسترح على الكنبه او السرير مقدار ساعة او اثنين ولتستعط من عشرين الى ثلاثين نقطه من روح النشادر العطرى (Sal volatile) تضاف الى القليل من الماء :

السيلان الابيض المهبلى :— اذا كثر نزول هذا النوع من السيلان تسبب عدم الراحه والتهاب العضو التناسلى . ويزول بالغسيل بالماء الفاتر وصابون ڤينوليا (Vinolia soap) . واذا كانت الالتهابات شديده موجبة للهرش فيغسل المحل كما سبق ثم يحمى بغسول الرصاص (Lead lotion) وهذا الغسول يكون من خلط ١٫٢٨٠ جرام من خلات الرصاص (Acetate of lead) نحو رطل من الماء . وان لم ينفعها ذلك فعليها بغسول الهزلين (Hazaline lotion) ويكون باضافة أوقيتين منه الى نحو رطل من الماء .

وأختم هذا الفصل بنصح كل امرأة حامل بتركها

يكدر الخاطر. وتجنب المناظر البشعه الغير الجميله. ولتجتهد في تخليص نفسها مما يضجر فؤادها. ولتكن دائما مرتاحة الفكر والبال لأن ذلك مهم. هذا ان ارادت ان يكون لها طفل حسن الصحة.

واذا اعتراها أى مرض غير الامراض التى نوه عنها فلتستحضر الطبيب بدل ان تجتهد فى مداواة نفسها.

٦

الفصل السادس

﴿ اسقاط المراة ﴾

يلزم المرأه الحامل الا تذهب بأى حال من الاحوال الى أى محل فيه مرض معد كالحصبه والجدرى والحمى القرمزيه أو التيفوديه لانها تكون معرضه اذ ذاك لالتقاط الحمى فتسقط وينزل الجنين قبل وقته هذا خلاف مخاطرتها بحياتها ان هى مرضت (لا قدر الله) باحد الامراض السابق ذكرها . فيجب عليها اذاً ملاحظة تلك التنبيهات ومنع دخول من به مرض من الجيران عليها .

واذا نزل من المرأة دم قبل أوائل الشهر السابع من حملها وشعرت بآلام ضغط أسفلى فهي ولا شك مهددة لاسقاط. وان حصل لها ذلك بعد ابتداء الشهر السابع فهي تلد قبل الميعاد أى ينزل الجنين قبل انتهاء مدة الحمل العاديه . واذا ولدت المرأة قبل انتهاء الشهر السابع فطفلها لا يعيش أمان

ولدت بعد ابتداء الشهر السابع فربما عاش اذا أعتنى به .

قلنا فى الفصل الرابع أن تشغيل كل من العقل والجسم واجب من واجبات الحياة وبه تعيش المرأة آمنة على نفسها من اغلب الأمراض . ولست أعنى بذلك أن تشمر المرأة الحامل عن ساعدها فترفع ما ثقل من الأشياء كقفة قمح أو اعمدة سرير أو تدفعها كنقل كنب أو بيانو الخ لأن ذلك ربما تسبب منه سقوط الجنين او الوضع قبل الميعاد .

وفى كثرة الاستفراغ ايضا تهديد للسقوط فعليها بالعمل فى منعه كما هو مبين فى الفصل الخامس .

ولا ينبغى للمرأة الحامل أن تخلع شيئا من أسنانها الا اذا نصحها الحكيم بذلك. وليكن الخلع تحت تأثير غاز أكسيد النيتروس (Nitrous oxide) حتى لا يكون هناك وجع أو ازعاج للهيئه الجسمانيه لأنه قد تسقط المرأة من خلع الأسنان .

واذا اعترى المرأة فقر من الدم (كما هو واضح فى الفصل العاشر) فلا تهمل فى حالتها لئلا يسوء حالها فكلما حبلت أسقطت أو ولدت قبل الميعاد .

واذا كانت المرأة مهددة لأسقاط أو الولادة قبل انتهاء

التسعة الأشهر فلترسل حالا لاستحضار الطبيب حينما تذهب الى الفراش وتكون ساكنة الجأش لحين مجيئه . ولا بأس أن هى استعطت نحو عشرة نقط من اللودنوم تضعها فى الماء البارد . وليكن أغلب طعامها وشرابها باردا . وكلما خف مأكلها وطعامها حسن ذلك عليها . واذا كان فيضان الدم كثيرا أنصحها باستعمال قطع نظيفة من القماش تبل بالماء البارد ثم تعصر وتوضع على أعضاء التناسل . ولا ينبغى لها أن تستعطى شيئا كالكونياك لانه يزيد فيضان الدم .

ومن النساء من اذا أسقطن لا يهتممن بذلك وينظرن اليه بعين الأزدراء ولكن هذا من الجهل لأن المرأة اذا أسقطت وقامت من الفراش عاجلا تكون مخاطرة بنفسها ومعرضه للامراض كالتهاب الرحم ووضعه فى غير مكانه وربما أصيبت بالتسمم الدموى . فاصغى لنا أيتها المرأه واتبعى نصائح الطبيب بالحرف الواحد .

ومن النساء من يستعطين العقاقير أو يستعملن بعض الأداة لاسقاط أنفسهن . ورغما من عقاب القانون لها لا ينصح باستعمالها لتحديد أفراد الأسرة أو للتخلص من

أحد أطفال الزوج المطلق أو الميت حتى يوسع لها نطاق الراحة أو غير ذلك . ولتعلم المرأة أن في استعمال هذه الطرق الخطر العظيم وشروعها في عمل كهذا كشروعها في قتل احدى محبيها لا بل أعظم من ذلك لأن الجنين بخلاف الغير لا يمكنه المدافعة عن نفسه فلتشفق عليه أمه ولا تغضب الله سبحانه وتعالى . ولو فرضنا أن المرأة استعطت من العقار (الدواء) مايسبب الاسقاط يلزم أن تكون كمية هذا العقار عظيمة وبذلك تفسد صحتها العموميه. واذا استعملت أى أداة كانت فهي مهددة بالالتهاب الشديد أو المهلك للرحم وبتسمم الدم عقب استعمال تلك الاداة .

وقد تنبهت الحكومات للضرر العظيم الذى ينتج عن الاسقاط فسنت القوانين لذلك . والى القراء ماجاء فى قانون العقوبات الأهلى المصرى الصادر في ١٤ فبراير سنة ١٩٠٤ الذى نصه مايأتى : —

" ٢٢٤ — كل من أسقط عمدا أمرأة حبلى بضرب او نحوه من أنواع الأيذاء يعاقب بالاشغال الشاقة المؤقته .

" ٢٢٥ — كل من أسقط عمدا أمرأة حبلى باعطائها

ادويه او باستعمال وسائل مؤديه الى ذلك او بدلا لتها عليها سواء كان برضاها ام لايعاقب بالحبس.

٢٢٦ — المرأة التى رضيت بتعاطى الأدويه مع علمها بها أو رضيت باستعمال الوسائل السالف ذكرها او مكنت غيرها من استعمال تلك الوسائل لها وتسبب الاسقاط عن ذلك حقيقة تعاقب بالعقوبه السابق ذكرها .

٢٢٧ — اذا كان المسقط طبيباً او جراحا او صيدليا يحكم عليه بالاشغال الشاقه المؤقته اما الشروع في الاسقاط فلا يعاقب عليه فى اى حال من الاحوال .

٢٢٨ — كل من أعطى عمدا لشخص جواهر غير قاتلة فنشأ عنها مرض او عجز وقتي عن العمل يعاقب طبقاً لاحكام المواد ٢٠٤ و ٢٠٥ و ٢٠٦ على حسب جسامة مانشأ عن الجريعه ووجود سبق الأصرار على ارتكابها او عدم وجوده.
(أقصى عقوبة منوه عنها في المواد ٢٠٤ و ٢٠٥ و ٢٠٦ هي الاشغال الشاقه لمدة عشر سنوات واقصى غرامة مقدارها خمسين جنيها مصريا) .

٧
الفصل السابع


الولادة


علامات الولادة — : قد أتى الوقت المنتظر فيه الولاده . فالمرأة المتزوجة ذات ألاولاد الكثيرة لاتهتم كثيرا بما تتوقع حصوله خصوصا ان هي لم تعان شيئا في ولاداتها السابقه . أما الزوجة الحديثه التى لم تلد من قبل فهي تخشى الوقت الذى تلازم فيه الفراش لأن كل شيء فى نظرها عجيب وربما ظنت أنها ستقاسي من العذاب ألوانا فيسبب لها جهلها الخوف .فلتخفف هذه المرأة من خيالاتها الوهميه فلا خوف على من اعتنت بصحتها لأن ولادتها تكون قليلة التعب . وسأفسر في هذا الفصل العلامات التى تعلم بها المرأة قرب الولادة وما يلزمها عمله لحين حضور الطبيب أو المولدة حتى تكون على علم من ذلك .

أما " الطلق " أو ابتدأ الولادة فيأتيها غالبا اخر الشهر التاسع من يوم ماحملت . فاذا عدت المرأة مثلا أربعين أسبوعا أو مائتين وثمانين يوما من وقت آخر ما أتتها « العادة »

لأ مكنهامعرفة وقت ولادتها.فاذا كانت "عادتها" الأخيره مثلاأتت أول يناير فابتداء الولادة تكون يوم ١٨ اكتوبر وهكذا أى تسعةأشهر وجمعه من وقت "عادتها" الأخيره .

أما بطنهافتصغرأسبوعين وهكذاقبل ابتداء الولادة . ذلك لنزول رحمها فيخف ضغطه على الرئتين وبذلك يخف تنفسها ويسهل عليها المشي كما أنه يزيد ضغط الرحم على المثانه ومؤخر أعضاء الامعاء فتكون رغبتهافي نزول البول أكثر من الأول ويكون عندهاغالبا اسهال . وهذا الاسهال مفيد لانه منظف للامعاء وبذلك يسهل خروج رأس الطفل في آخر درجات الولاده . وان لم يحصل عندها اسهال فى الاسبوعين الأخيرين فعليها باستعطاء مايلين الطبيعه كما هو موضح فى الفصلين الرابع والخامس . ولا يؤخذ من المانيزيا البيضاء(أو المغنيسيا البيضاء كاصطلاح السوريين) لأنها تتكون فى ألامعاء بهيئة دائرة جامدة فتعطل نزول رأس الطفل .

وقد يكون هناك آلام ضغطيه حقيقيه تشعر بها المرأةقبل ولادتها ببضعة أيام . وربما كان هناك أيضا نزيف قليل من

الدم (ذلك السائل المخاطى المفرز قبيل الولاده) . فاذا حصل لها ذلك فعليها بطلب الحكيم أو المولدة . الا أن هذه الآلام قد تكون كاذبة أو صحيحه . اما "الآلام الكاذبة" فمكثها قليل ولا تحدث فى وقت معين . وتأتى عادة من مقدم البطن. وسببها اختلال فى الامعاء أو الاحشاء أو أكل مالم يهضم. والاحسن فى هذه الحاله أخذ شيء من الملينات والالتفات الى الطعام. وقد تحصل هذه الآلام بضعة أسابيع قبل الولادة فلا خوف على المرأة منها .

أما "الآلام الصادقه" الصحيحه فهي علامات الطلق أو ابتداء الولادة وهى تحصل فى مواعيد معينه . فتكون خفيفة أولا ثم تزيد ألماً ثم تزول وتشعر بها المرأة فى الظهر ثم تنزل الى منتهى البطن. واذا أتاها ذلك النزيف السائل المخاطى ايضا فهي على وشك ابتداء الطلق .

فاذا كانت حالة المرأة هكذا فلتستدع الطبيب أو المولدة. ولتكن ثابتة الجأش مستريحه الفكر. واذا كان الجو بارداً يلزم ايقاد النار فى غرفة النوم وتجهيز الاشياء اللازمة كملابس الطفل والمناشف وغطاء شيتى تلبسه المرأة

بعد الولادة ودبابيس بقفل وقطعة كبيرة من المشمع لترقد عليها المرأة ومنشفه طويله لتشد فيها وقت الولادة (الطلق) وزجاجه من سائل كندى (Condy's fluid) وقطعة صابون كاربوليكي وخصلة من الغزل الصوفي (التي منها يعمل الطبيب عصابتين لربط سرة الطفل) ومقص كبير (متلم) وشيء من دهان الفاسيلين في جرة . ويلزم أن يكون هناك قطعة كبيره من الصوف أيضا لوضع الطفل فيها بعد نزوله من بطن أمه . أما الملابس والمناشف والملف الشيتي فيلزم أن تنشر بجانب النار حتى تكون دافئة عند الطلب . ويكون هناك استعداد لاستحضار ماء حار أو بارد. ووعاء مخصوص من الصيني يغسل فيه الطبيب يديه مستعملا الصابونه الكاربوليكيه. ومنشفه نظيفه لاستعماله الخاص. كذا الفاسيلين يكون تحت طلبه. ويلزم المولدة أن تتكلم مع المرأة بكل لطف وبما يسر الخاطر وأن لا يسمح للزوج أو الجيران بالدخول عليها . فاذا استدعي الطبيب فعليها بالاذعان لما يعمله .

درجات الولادة : اما الولادة فهي ثلاثة

درجات أو أقسام. ففي "الدرجة الأولى" منها ينفتح فم الرحم ويمتد لخروج رأس الطفل الى ممر المهبل وينتهي هذا القسم بانفجار كيس المياه التي يسبح فيها الطفل فى الرحم. وتحتوى "الدرجة الثانيه" على اخراج الطفل بالقوة من ممر المهبل حتى يصل فتحة العضو التناسلى الخارجيه. اما "الدرجة الثالثة" فهي مايلى ذلك من قطع السره ونزول الخلاص الخ.

ولنفرض أن قد ابتدأ الطلق وحضر الطبيب فهو سيسأل عن صحة المراة وعما اذا كان عندها امساك وعن حالة آلامها فيلزم ان يجاب باخلاص ولا يخفق قلب المراة خوفاً لوجوده. وقد يريد الطبيب بعد ذلك الكشف على المراة حتى يعرف كيف يكون ولادتها فلا ينبغي ان يمانع من عمل هذا الكشف.

وترقد المراة وقت الكشف على جانبها الايسر ويكون ظهرها تجاه الجهة التى تطلع منها على السرير وراسها وكتفاها منخفضين وفخذاها وركبتاها مسحوبة (كالقرفصاء). اما الطبيب فيجلس تجاه ظهرها ويلطخ يده بالفاسيلين (Vaseline) ويطلب من المراة ان تخبره عند ماتشعر بألم

فاذا أتاها الألم وضع يده تحت ملابسها بين العجزين وأدخل أصبعه فى الممر دافعا اياه لحين الوصول الى الرحم فيبقى هناك حتى ينتهي الكشف التام وبذلك يمكنه معرفة الجهة التى بها الطفل وحالة «طلق» المرأة. وأن هذا الكشف غير مؤلم.

فاذا كان « الطلق » فى أوائله أمكن المرأة القيام من الفراش والمشى بالغرفة أو القعود على كرسى . واذا أكلت فليحتو طعامها على لبن دافىء وشاى بلبن مثلا . وربما أتاها القىء الا أنه مفيد ومساعد لامتداد فم الرحم . وان كان هذا القىء شديداً أمكنها شرب قليل من الصودا ووتر (Soda-water) مع الاجتناب عن الكنياك .

واذا وجد الطبيب أن فم الرحم لم يمتد كثيرا فلا يستدعى مكثه بل يمكنه الذهاب والاتيان بعد ساعة أو اثنين . وفى هذه المدة يمكن ترتيب الفراش فيوضع عليه قطعة المشمع ثم قطعتان من القماش حتى لا يوسخ القيح الذى ينزل من المرأة الفراش . ويلزم أن يكون المشمع جديداً غير مستعمل من قبل .

ولا بأس بأن تكون المرأة لابسة ملابسها العاديه

فى أوائل "طلقها" (ان أرادت) الا أنى أنصحها بالتغيير ولبس جلباب النوم وملكوفه من الصوف قبل أن تكثر عليها الالآم. ويمكنها ابقاء شراباتها ولبس حذاء مكشوف. وان تمشت أمكنها وضع شال على كتفيها. اما النوم بالملابس العاديه التى تلبس فى النهار فمن أقبح العوائد رغما عن أنها عقبة فى كشف الطبيب وولادة الطفل. واذا كانت آلام المرأة شديده أمكنها الانحناء على طرف السرير أو ظهر الكرسى.

ومن العجائز من تظن أن هذه الالآم الأوليه لافائدة لها فانهن ينصحن المرأة بحبس نفسها بقدر الامكان الا أن ذلك خطأ لأن ذلك الجهد يفرغ ويفنى قوة المرأة ويطيل "الطلق" بلا أدنى فائدة.

ويمكث "القسم الأول" من الولادة أو الطلق من ساعتين الى ستة أو ثمانى ساعات. فاذا امتد فم الرحم لآخره وأمكن لرأس الطفل أن تمر من ممر المهبل شعرت المرأة ببرد وارتعاش وعلى ذلك يلزم استدعاء الطبيب أو المولده وذهاب المرأة الى الفراش. ولا بأس أن شربت

قليلا من الشاى السخن لتدفئتها . فاذا أتى الطبيب فحصها ثانيا وهو أن وجد أن « المياه لم تنفجر » يفجر بظافر أصبعه الكيس المحتو على هذه المياه فتزج المياه مدرارا وتتدفق تدفقا فلا يكون هناك أدنى خوف . فاذا دخلت رأس الطفل حينئذ الى ممر المهبل كثرت شدة الالآم عليها وترددها. وقد تخف ان هى ربطت فوطة متينة وطويلة فى أرضية السرير تجاه الجهة التى تطلع منها فاذا أتت عليها الالآم شدت هذه الفوطه وضغطت بأرجلها منتهى الجهة اليمنى من السرير وحبست نفسها ولم تصرخ .

واذا نامت قليلا بينما تأتيها الالآم يكسبها ذلك قوة. واذا شعرت بتنميل أرجلها فعليها بالدلك . أما وجع الظهر فقد يخف أن ضغط عليه . وكلما نزلت رأس الطفل شيئا فشيئا زاد الألم حتى تخرج جميع الرأس . وقبل خروجها الكلي تصرخ المرأة لمنتهي شدة الألم وصرختها هذه تسبب اراحة جميع الأعضاء هذا غير تخليصها منتهي الاعضاء التناسليه من التمزيق .

وكل آلام "الطلق" ضروريه فهي ناتجة مما يفعله الرحم

والعضلات لاخراج الجنين . فعلى المراة حينئذ بالصبر والسكون فقد يمكث "الطلق" من اوله لآخره نحو اربع وعشرين ساعة .

واذا انتهت الدرجة الأولى من الولادة ولم يكن الطبيب حاضرا فعليها بملازمة الفراش لئلا تلد الطفل فجأة فيقع على الأرض وربما مات او حصل له ضرر .

وقد تسهل آلام المراة ان هى ثنت جسمها. ولا ينبغى استعطاء شىء من المسكرات أو المهيجات الا باذن الطبيب لأن شرب الكنياك مثلا وقت الولادة قد يسبب فيضانا أو نزيف رحمي .

ولا موجب لخوف المرأة من استعمال ملقاط لاستخراج رأس الطفل لأن الملقاط يد صناعيه تدخل لامساك رأس الطفل والاتيان بها مقدما لأن أيدينا سميكه ولا يمكن ادخال اليدين معا. ولو أذعنت المرأة للنصائح لعلمت أن استعمال الملقاط يساعد فى الولادة ويقصر من وقتها بدل أن تكون طويلة ومؤلمه .

وربما أشار الطبيب على المرأة بشم القليل من

الكلوروفورم هذا ان طالت الولادة وآلمتها كثيرا حتى تستريح من الالآم. فعليها أن لاتمانع حينئذ فى استنشاقه لأن استعماله (بمهارة) ودقة وقت الولادة هبة من الهبات.

وبعد خروج الرأس تمكث المرأة دقيقة أو دقيقتين فيأتيها ألم يسبب خروج باقي جسم الجنين وهنالك تنتهي آلامها الشديده "والدرجة الثانية" من الولادة.

فهاهو الطفل أمام الطبيب (اوالقابله) ان صرخ دل ذلك على أنه سليم وأن رئتيه تمتدان وبذلك تسر الوالدة لاستنشاق طفلها الهواء. أما ان ولد صامتا كأنه ميت لايتنفس أزرق اللون وجها. فيلزم استعمال الطرق المذكوره بعد. وقد تنتج حالته هذه من طول الولاده فيمتنع التواصل ودوران الدم بين الأم وطفلها أو يرم المصران حول الرقبه أو الضغط على المصران عند نزول الرأس. وربما ولد الطفل مصفر الوجه ميتا بسبب الضغط على رأسه ان كانت الولادة طويلة ومتعبه. ومهما كان السبب يلزم بذل الجهد حتى يتنفس الطفل. وعلى المرأة ترك ذلك للطبيب أو المولدة.

ولـكن ما الذى علينا عمله فى حالة كهذه ؛ قد يرجع الطفل الى الحيـاة باستعمال الوسائل المنشطه . فيلزم أولا ربط مرسه (مصرانه) الموصل لسرته بخصلتين من الغزل الصوفى تربط نحو خمس سنتيمترات من سرة الجنـين والأخرى تربط نحو خمسة سنتيمترات فوق ذلك . ويقطع المرس بين الخصلتين بالمقص المتلم فتكون معيشة الطفـل حينئذ منفصلة عن معيشة أمـه . ثم يضرب صدره وظهره ويرش بماء بارد على وجهه. أو يدلك ظهره بالـكنياك. أو يغطس بسرعة أولا فى الماء الدافىء ثم في المـاء البارد . وان خابت هـذه الطرق فعلى القـابله اوالموكل بخدمـة الأم أن تستعمـل طريقة ((سلفستر)) لانتاج التنفس لمن ولدمائتا بحسب الظاهر وهى : ـ

تضع المولدة (مثلا) الطفل على ظهره فوق الفراش ثم تأخذ بمرفقيه كل واحد في يد وتسحبهما حتى يكونا تماما فوق رأسه وعملها هذا يسبب امتداد الصدر فيدخـل الهواء في الرئتين ثم تنزل ذراعيه على صدره مع ضغط خفيف كل واحـدة على جنب وهـذه العمليه تخرج بعض الهواء من

رئتيه فلتمارس هذه الطريقه طريقة رفع وتنزيل ذراعيه نحو ١٦ مرة فى الدقيقه حتى يدخل الهواء ويخرج من رئتيـه كما يحصل فى التنفس الطبيعي . ولتعمل هذه الطريقه مدة من الزمن فاذا أبدى الطفل أى حركة ضعيفـه فهناك أمل فى نجاح المداومة .

فاذا تنفس الطفل وضع في قطعة كبيرة من الصوف . ولا ينبغى تهيج المرأة لنفسها أو الجلوس ولا بأس أن هى شربت شيئا من اللبن الدافيء أو الشاى .

وبعد قليل من الزمن تأتى آلام خفيفه ويخرج الخلاص (المشيمه والحبل الرى وباقى الاغشية) . ويجب أن يكون هناك وعاء توضع فيه. وبعد كشف الطبيب عليها تحرق لأن رائحتها لا تطاق .

ويلزم بعد ذلك غسل عضو المرأة التناسلي بماء فاتر به قليل من سائل كندى . ثم توضع منشفه نظيفه دافئه على المحل . ويلزم أن يتغير كل ما أتسخ من الفراش ويوضع بدله مانظف . ولتضع المرأة ملفاً حول بطنها حتى يمنع نزول نزيف رحمي لأن ضغط البطن يسبب انقباض الرحم

ويلزم عدم الاهمال فى ذلك لا ن الملف يجعل البطن ايضاً ذا شكل مناسب. وقد يكون هذا الملف من الكتان أو الشيت نحو متر وعشرة سنتيمترات طولا ونصف متر عرضاً ويربط حول البطن باربعة أو خمسة دبابيس بمشبك. ولا يلزم أن يكون مشدوداً شداً وثيقا بل يكون مريحا وحاملا للبطن. وليربط الملف حول البطن لما تحت الورك حتى لا يتزحزح شيئا فشيئا فيكون لافائدة له. واذا لم يهم المرأة صرف نحو ثمانين قرشا امكنها شراء ملف الپرفكشن صنع مسز "همبلي" (Mrs Hambly's "Perfection" adjustable binder) المنوه عنه في الفصل الرابع.

الآن قد انتهت الولادة فيمكن ترك المرأة لتنام نحو ساعة بلا مزعج. ثم يؤتى لها بقليل من الثريد او اللبن الدافىء. وعليها ان لا تتكلم او تتحرك وأن لا تجلس مهما استدعى الحال. فاذا شعرت ببرد فهاك الاغطيه الصوفيه او الالحفه تغطيها.

والآن تنتهي مأمورية الحكيم (ان كان هناك حكيم) وتترك للمرأة غارقة في بحور افكارها السعيده.

نعم هناك شيء آخر يلزم أن لا أعيره جانب النسيان الا وهو أن من المولدات من يضغطن على ثدى الاطفال الأناث ويعصر نه توا بعد الولادة قاصدات بذلك (كما يدعين) « كسر خيوط الثدى » وما ذلك الا قساوة وأثم وما ذكرتها الا لأحكم بفظاعتها . وقد يتسبب منها الالتهاب الشديد للثدى فأي امرأة تصلح لأن تكون مولدة أن هى عذبت الطفل بما لا فائدة منه ولا معنى له .

٨

الفصل الثامن

ما بعد الولادة

ذهب الطبيب أو المولده وصارت المرأة في يدى أحدى جاراتها النبيهات وبعدت عنها آلام الولادة وأخطارها ألا أنها لابد أن تعتني بصحتها شهرا من الزمن حتى تنأى عن أمراض قد تتأتى لمن انتهت من ولادتها وصارت مستريحة في غرفتها ثم أهملت نفسها .

بعد استراحة المرأة نصف ساعة (مثلا) يجب على المولدة أو الموكل بأمرها الباسها ثوبا للنوم مدفئا ونظيفا وغسل عضوها التناسلي بماء فاتر مخلوط عليه شيء من سائل كندى . ولتغير الفوط الموضوعة على فرجها بأخرى نظيفة دافئة . كذا تغير ما أتسخ من فرش السرير . كل ذلك يعمل والمرأة راقدة لا جالسة لأن جلوس المرأة حالا بعد الولادة خطر جداً . ولتكن الفوط التي تستعمل من النوع الذي

يمتص كل قيح يخرج كفوط الحيض (Period towels)فهي صحيه ويمكن غسلها . ويلزم تبديل الفوطة من آن الى آخر وأن لا تترك طويلا .

يغسل للطفل ثم يعطى لأمه كي ترضعه بضعة من الزمن لأن امتصاص اللبن من الثدى يساعد وقتذاك على انقباض الرحم فيمنع نزول الدم .

ولا بأس أن زار الزوج زوجته لمدة بضع دقائق الا أنه يلزم المرأة الصمت وعدم أثارة خاطرها . ويمكنها أكل ثريد من دقيق الشوفان مصنوع باللبن والنوم قليلا ان أرادت . واذا أرتخى ملف البطن فليربط ثانيا . ويلزم أن تكون حجرة النوم متوسطة الحرارة لاباردة ولا حارة جدا ويمكن معرفة ذلك بمقياس الحرارة فيعلق بجانب الفراش ولا بأس أن كانت الحرارة بين العشرين والخمسة والعشرين درجة سنتيجراد .

كل ماسبق من التعليمات كفاية لما يلزم عمله مدة بضع ساعات بعد الولادة . وهناك أشياء أخرى بخصوص حالة المرأة الوالدة يجب عليها وعلى مولدتها أو الموكل بخدمتها معرفتها : —

اللوخيا او السائل النفاسى : تختلف صحة المرأة حسب كمية وحالة السائل النفاسى أو يسميه السوريون « باللوخيا » فينزل منها بعد الولادة ويمكث معها ثلاثة أسابيع . ففى الثلاثه أو الأربعة الايام الاول يكون دماً خالصا ثم يرق ويتغير لونه الى الحمرة مع الصفرة ويتغير ثانيا بعد الاسبوع الأول الى اللون الأخضر ويستمر على ذلك لغاية انتهاء الاسبوع الثالث . ومن المستحسن نزف هذا السائل وتركه لينزل حتى لا يتحلل ويفسد فى الممر والرحم فيسبب الحمى ويسم الدم .

وعلى المرأة الحامل أن تبول (بعد يومين أو ثلاثه من ولادتها) وهى واقفة على ركبتيها لأن ذلك يسهل نزول السائل النفاسى المتكون فى ممر المهبل . ويلزمها أيضا الجلوس في الفراش (بعد ثلاثة أيام من ولادتها) عدة مرات يومياً حتى يسهل عليها خروج السائل بلا ممانع . ولابد أن تتغير الفوط دائما طول اليوم . واذا كان السائل ذا رائحة كريهه أو قليل الكمية فليضف الى نحو رطل من الماء الدافىء مايملأ كأس النبيذ من محلول الكندى ثم يحقن المهبل بهذا

المخلوط صباحا ومساء (بحقنه هيجنسن مثلا) . واذا كان هناك حمى يلزم استدعاء الطبيب .

وما يأتيها من الالآم ضروري وتنتج من انقباض الرحم بعد الولادة فلا يكون هناك خوف .

ومن النساء من تكثر آلامها هذه ومنهن من تخف عليها . وعلى العموم فلا يعترى المرأة في أول ولادة لها الكثير من الآلام بخلاف من سبق لهن تعداد الولادة فهن اللاتى يقاسين العذاب . ولا يأتى على من ينقبض رحمها انقباضا جيداً الا القليل من الآلام لأن خثرات الدم تكون قد نزلت من الرحم . وهذه الخثرات هى التى تهيج الرحم وتسبب الألم . لذلك نرى أن ارضاع الطفل بعد نحو ساعتين من الولادة يسبب انقباض الرحم وبذلك تقل الآلام .

وعلى المرأة أن تتحمل هذه الآلام لأن الطبيعه تجتهد في دفع بعض خثرات أو مواد من الرحم ان بقيت تسبب عنها التهاب وحمى . ولا بأس باستعطائها نحو ثمانية نقط من « اللودنوم » فى قليل من الماء هذا ان اشتدت عليها الآلام والا استدعى اليها الطبيب .

وقد لا يمكن المرأة الحديثه الزواج أن تبول لمدة بضعة أيام من ولادتها وربما لزم سحبها من المثانة بالقسطره . ولا ألم لهذه العمليه ولا ينبغي الممانعة في عملها من وجهة الحياء الباطل . ويمكن الكثير من الاطباء سحب الماء بغير كشف المرأة ومع ذلك فان وجب الكشف كما هي الحالة احيانا يلزمها الأذعان لأرادة الطبيب .

ويجب على المرأة أن تستمر بفراشها ولا تتركه الا بعد ثمانية أو عشرة أيام من ولادتها لئلا تكون مهددة بداء الأوذيما البيضاء المؤلمه (الفلغماسيا البيضاء المؤلمه كاصطلاح السوريين) أو بنزول الرحم كما هو موضح فى الفصل العاشر ففى نزوله الكساح للمرأة طول حياتها خصوصا لمن سبق لها تعداد الولادة لأن اعضاءها تكون مرتخيه بدرجة تستلزم ملازمة الفراش أسبوعين على الأقل وأسبوعا آخر يقضي على الوسادة (ان أمكن) .

لذا يجب علينا أن نشدد في نصح المرأة حتى تلازم فراشها ثمانية أو تسعة أيام لما بعد الولادة .

وليحتوما كل المرأة مدة الثلاثه الأيام الأول

بعد الولادة على الثريد المصنوع باللبن وعلى السكاكاو وغير ذلك من المسهلات . وعلى المرأة الضعيفة باللبن والبيض والسمك المسلوق . وان لم تسهل أمعاؤها بعد مضي ثلاثة أيام من الولادة يمكنها أخذ جرعة من مسحوق سيدلتز أو الملح الانكليزى أو أوقيه (تسعة دراهم) من زيت الزيتون لأنه مسهل ومأمون . ويلزم تهوية حجرة المرأة كما هو موضح في الفصل الرابع لأن الهواء النقى ضرورى لها ولطفلها . ولا بأس بنثر قليل من مسحوق فنيك الصحي عمل لتل (Little's phenyle powder) فهو منق لهواء الحجرة ومطيب لها .

ولا ينبغى أن يزور المراة أحدا طول مدة الاسبوع الأول من ولادتها حتى لا تضطر للقيام فتكون معرضة لسقوط الرحم فتفسد صحتها ويسوء حالها .

واذا حل وقت قيام المرأة من فراشها فعليها أن لا تنهمك فى اعمالها المنزليه بل تتركها لمدة اسبوعين أو ثلاثة . ويلزمها الاستراحة كلما أمكن مدة شهر من الزمن بعد الولاده لان الرحم لا يرجع الى حجمه المناسب وحالته الأوليه في أقل

من هذه المده .

ولتمتنع المرأة عن الجماع أى اجتماعها التناسلى بزوجها لما بعد الشهر الأول من ولادتها ولتصر على ذلك جداً لان الجماع قبل استرداد الرحم الى حالته الاصليه مضر بصحة المرأة واذا حملت عانت كثيراً من الآلام وضعف رحمها . ولا ينبغى كثرة معانقة الزوج لزوجته مدة الرضاعة لئلا تفسد حالة اللبن وتضعف صحة الزوجه . ولا بأس بالاعتدال في الجماع (فى هذه المده) لمنفعته . وعلى الزوج أن لا يدخن بغرفة نوم الوالدة أو عندما ترضع . لأن دخان التبغ اذا وصل الى الدم غير اللبن وسم الطفل فليدخن الرجل في حجرة أخرى أو خارج المنزل .

ويلزم عدم الاستعطاء من البيرة أو النبيذ بعد الولادة أو مدة الرضاعة . فلا تذعن المرأة لما يقوله لها أصحابها أو جيرانها لأن النبيذ والبيره وجميع المسكرات المهيجات تفسد لبنها وصحة طفلها . فمن اراد من النساء أن تكون أولادهن قويى البنيه فعليهن بالمنع عن كل الكحول . فما جنسن من المآكل كاللحم الجديد والبيض واللبن والثريد

والسمك وغير ذلك أحسن تنقية للبنها من كل أنواع المنبهات.

ويجب على المرأة بعد انتهاء الشهر الأول الخروج في الهواء النقي كلما سمح لها الوقت (والزوج) بذلك.

وأختم هذا الفصل بكلمة تختص بما يلزم عمله تلقاء نزول نزيف رحمى. فعليها باستحضار الطبيب حالا ان نزل منها ذلك النزيف ولترقد على ظهرها ولتكن رأسها أخفض من جسمها. وعليها أن لاتجلس بأى حال من الأحوال. ولتجتهد في عدم التحرك أو التهيج.

ويلزم اذ ذاك من يعتنى بها وضع قطع من القماش مبللة بالماء البارد في أسفل البطن وعلى فرجها وأن تغير هذه القطع كل دقيقتين أو ثلاثة وعليها أيضا أن تكبس بيدها بثبات على أسفل بطنها لحين حضور الطبيب. وليكن عند المرأة قبيل الولادة حبيبات (بالمقدار) سلفات أستركنين تركيب شانتود (Chanteaud's granules of sulphate of strychnine) حتى اذا ما أتاها نزيف رحمى أمكن المولدة أو المنوط بخدمتها اعطاؤها حبيبتين كل عشرة دقائق لحين حضور الطبيب وهذا الدواء يسبب انقباض الرحم. وقد يحبس شرب الماء المثلج النزيف.

ولتكن مآكل المرأة مغذية خصوصا أن كان قد نزل منها نزيف رحمى حتى يعود اليها من قوتها مافقدت ومن دمها مانزل .

٩

الفصل التاسع

رضاع الطفل وتربيته

قد ولد الطفل فما أقوى ضرورة تربيته ووقايته لأنه موجود فى الدنيا لكى يعيش لاليموت . فاذا اعتنى به وهو صغير السن ضعيف البنيه كبر وصار عضوا عاملا فى الهيئة الاجتماعيه محترما موقرا ربما زاد فى العقل والتدبير عن غلادستون (أومس پريدو) فما ذلك ببعيد لانه مترتب على تربيته التربية الصحيحه والباسه الملابس المناسبه وتغذيته بالمغذى النافع فان أهمل فى ملبسه ومأكله كان أهلاً للقبر أو لضعفت صحته طول حياته .

وبما أن كل امرأة عاقلة تريد أن يكون طفلها منبعاً للصحة ينبغي ان أشرح لها في هذا الفصل مايجب عليها عمله مدة السنتين أو الثلاثة الأول من حياته . والسنتان الأوليان لهما أهم دور فى حياته .

فان ولد الطفل ولصراخه دوي هائل أورده الى الحياة بالطرق التي ذكرناها فان مايعمل تلقاء تربيته واحد : فلتمسح أجفانه بخرقه ناعمة حالا بعد أخذه من أمه لمنع التهاب العينين من مواد ربما تكون قد دخلت فيها . ثم يحم بالماء الدافىء بالقرب من النار فيوضع جسمه الى عنقه مع استعمال صابون ڤينوليا . وهذا الاستحمام يمسح ماعلى جسمه من المواد الجبنيه . وبعد تنشيفه بمنشفة ناعمه تؤخذ خرقه من الكتان ويعمل فى وسطها خرق ويدخل مصران الطفل الواصل الى سرته فى هذا الخرق . ثم تثنى الخرقه فوق المصران وتوضع وسادة من الكتان فوق هذه مغطيه لسرته . ثم يوضع ملف صوف حول بطن الطفل وعلى سرته . ولا ينبغى أن يكون الملف شديد الرباط معطلا للتنفس . واذا نزل دم من خيط سرته أمكن ربط عصابة من الغزل الصوفى أو الخيط حولها أو شريط رقيق مثلا حتى لايقطع المصران . ثم يلبس الطفل ويعطى الى أمه كي ترضعه . فان كانت قد أنحلت قواها من تعب الولادة فلا بأس باستراحتها ساعتين أو ثلاثه قبل التضييق

عليها بالمولود .

وسأذكر الآن بالترتيب بعض مايلزم معرفته بخصوص تربية الطفل كالرضاع والمأكل والملبس والهواء والرياضة وغير ذلك مما يعترى الاطفال من الأمراض .

الرضاع :— لقد ذكرت غير مرة أنه من المستحسن أرضاع الطفل حالا بعد ولادته لأن ذلك مفيد لكلا الطفل وأمه . فأول لبن ينزل في الثدى مغاير لما يتكون بعد ذلك فهو مسهل لامعائه مساعد لأخراج المادة السائله الخضرة اللون المالئه لأحشاء الطفل . وفى امتصاص الثدى أنقباض الرحم أيضا وبذلك يقل نزيفها الرحمي .

وفي أرضاع الطفل سريعا نظام لدر لبن المرأة فلا يمتلىء ثدياها زيادة عن اللزوم والتأخر عن أرضاعه طويلا يسبب أمتلاء الثدى وجموده وقصر الحلمة ودخولها الى الداخل . وكثيرا مايمنع ارضاع الطفل يوما أو يومين بعد ولادته ويؤتى له بغير لبن أمه فيسبب ذلك امتلاء ثدييها ودخول حلمتيهما ولم يمكن اخراجهما ولا ارضاع الطفل بعد ذلك فيتسبب من هذه الحالة « الحمى اللبنيه » وورم الثديين

وامتلاؤهما بمواد قيحيه .

ومع ذلك فان أمكن خروج الحلمه فلا يحصل الا بعد الجهد الشديد الذى يناله الطفل عدا الآلام التى تعترى المراه وشق جلد الحلمة المؤلمه .

واذا اعتري المرأة « الحمى اللبنيه » بارتعاش ووجع فى الرأس ووسخ في اللسان فعليها باضافة ملعقة كبيرة من مسحوق سيدلتز على نحو قدح (ملء كباية) من الماء تؤخذ مرتين يوميا لمدة أربعة أيام . أما ورم الثدى وامتلاؤه بمواد قيحيه فلا يهمل لئلا يضر الثدى وتنحرف صحة المرأه أشهرا عديده بل يلزم استشارة الطبيب وارضاع الطفل من الثدي الصحيح .

ويلزم أن يكون طعام المرأة حينئذ مغذيا وأن لايكون عندها أمساك (بالمداومة على الاستعطاء من مسحوق سيدلتز) واذا أخذ الضعف منها مأخذه وكان الثدي مؤلما فعليها باضافة ملعقة صغيره من شراب الهيبو فصفيت عمل فلو (Fellow's syrup of the Hypophosphites) فى ماء يسع قدح (كباية) النبيذ من الماء البارد وتؤخذ تواً بعد الأكل

ونحو ثلاث مرات يوميا . وهذا الشراب مفيد جدا لكل مايختص بالضعف

الحلمة : — اذا آلمت حلمة الثدى المرأة أمكنها مسحها بالكونياك أو دهنها بقليل من الفاسيلين أو بمحلول حامض الكاربوليك بقوة جزئين من الحامض ومائه من الماء . ويلزم غسل الحلمة وتنظيفها وتنشيفها قبل ارضاع الطفل فاذا كانت الحلمة مؤلمة للغايه أمكن شراء حلمة صناعيه تباع بالاجزخانه كحلمة الدكتور « ونزبرا » وهى مصنوعة من الرصاص الرقيق وتوضع فوق حلمة الثدى المؤلمة فتشفيها .

واذا نزل اللبن بكثرة يكون عادة مائيا وغير كاف لتغذيه الطفل . فاذا لم يقل عما هو عليه أمكن فطام الطفل وتغذيته باللبن خصوصا اذا سبب لبن أمه اسهاله وعدم النظام لامعائه . أما أن نزل بقله فيمكن وضع لزقات دافئه من ورق زيت الخروع . وتدل قلة اللبن غالبا على ضعف المرأة فلتكن مآ كلها مغذيه بكثرة من البيض واللبن .

واذا كان هناك أسباب تلزم الطبيب بأن ينصح

المرأة بعدم ارضاع طفلها عليها بالاستعطاء من الملح الانكليزى أو من مسحوق سيدلتز حتى تخلو وتنظف امعاؤها. وليكن طعامها بسيطا. ولتضع لزقة البلادونا على ثديها حتى يمتص اللبن.

الارضاع :- واني أنصح النساء (من يقدرن منهن) أن يرضعن أطفالهن فليس للبن أمهاتهن من مثيل. ولتعلم كل امرأة أن بارضاعها لطفلها تكون قليلة التعرض لأمراض الرحم. ولا ينبغي لها ارضاع الطفل أكثر من تسعة أشهر أو اثنى عشر شهرا على الأكثر.

واذا ولدت المرأة ولم يمكنها ارضاع طفلها أو أرادت الاستراحة نحو سبع أو ثماني ساعات بعد ولادتها المتعبه يلزمها أن لا تترك الطفل طويلا بلا طعام بل يمكن اعطاؤه بعض ملاعق من الماء الدافىء المحلى بالسكر بعد ولادته بساعه وهكذا كل ثلاث ساعات حتى يمكن أرضاعه. أما ان لم يمكن المرأة ارضاع طفلها لمدة يومين أو ثلاثة فيلزم أطعامه من لبن البقر (بمقدار الربع) مضافا اليه الماء المحلى بالسكر.

فاذا أمكن الارضاع يلزم غسل الثدى بالماء الفاتر حتى يصير ليناً وساراً له . وأحسن طريقة للرضاعة هي أن ترقد المرأة على الجانب الذى سترضع منه وتأتى بالطفل بجوارها بحيث يسقط الثدى في فمه بلا عناء ولا تعب .

ويحصل الطفل على القليل من اللبن مدة الثلاثة الأيام الأول كلما حاول امتصاص الثدى ولذا يجب اذ ذاك ارضاعه تكرارا — كل ثلاث ساعات على الأكثر — هذا أن كان الطفل قويا أو كل ساعة أو اثنتين ان كان ضعيفا . ويلزم أن يكون لوقت الرضاعة ترتيب ونظام .

ولا بأس أن أطعمنا الطفل بلبن البقر مضافا عليه مقدار النصف أو الثلاثة الأرباع من الماء الدافىء المحلى بالسكر كذا ارضاعه بلبن أمه أن كان هذا اللبن قليلا .

ولا ينبغى ارضاع الطفل أكثر من مرة أو مرتين بالليل هذا ان أرضع في أوقات معينه بالنهار . ولا بأس بارضاعه ثلاث مرات بالليل مدة الثلاثه الاسابيع الأول ومن المستحسن تشجيع الطفل على النوم ليلا . وليس من العقل ارضاع الطفل كلما صرخ لأنه لايمكنه الرضاعة كل

وقت بل يدخل الهواء في معدته فيسبب له الألم .

وهناك أطفال كثيرة لا تتقلب ولا تصرخ الا لظمئها .

فلا تبخل ابداً على الطفل بالماء البارد بل يمكن اعطاؤه أياه بالثدى الصناعي أو بملعقه صغيره لأن اللبن لا يطفىء العطش بخلاف الماء فهو لا يأباه الطفل بل ربما يأبى الرضاعة .

وعلى من يرضع من النساء أخذ جرعة أو جرعتين من فصفات الجير (Phosphate of lime) كل يوم وذلك بوضع ما يمكن وضعه من هذا الفصفات على قطعة العمله (٢ مليم — أي نيكله) واستعطائه مع العيش مثلا .

أما الجير فهو محسن للبن مقو لبنيـة الطفل الرضيع ومعوض لما فقدته المرأة من الجـير الذى امتصه الطفل وقت الرضاعة .

ويلزم أن يكون طعام المرأة المرضعة مغذيا لا دسما . ولا ينبغى لها أن تأكل زيادة عن طـاقتها . فان كان لبنها قليلا وشعرت بالضعف أمكنها الأكل ثلاث مرات يوميا من (الـكستليته) أو لحم الضأن الجيـد . ولا بأس أن أكثرت من شرب اللبن وأكلت من البليله (مع اللبن)

صباحا ومساء لأن بذلك وبتنفسها الهواء النقى الخالص وبتروضها يتحسن لبنها ويزيد ويصير مغـذيا للطفل . أما الجعة والنبيذ وغير ذلك من أنواع المسكرات فهي مفسدة للبنها مضرة لطفلها . فكثيرا ما اعترى الاطفال التقيؤ والاسهال والألم بسبب استعطاء امهاتهن من المسكرات كى يتحسن لبنهن ؟ فبدل أن يحسنهن يتلفنه فتتسمم الاطفال وتتغذى الغذاء الناقص . ولا بأس ان أخذت المرأة من خلاصة الشعير (Extract of malt) مع زيت السمك لأن ذلك التركيب مقو ومحسن للبن أو خلطت « ملطو فصفات » صنع دومرى (Du Morry's Malt Phosphaiie) بالطعام وقت الأكل فهو ليس محسنا للبن فقط بل محافظا على صحة المرأة وقوتها أيضا . أما أضافة ملعقة صغيره من طعام پرش(Parrich's chemical food)الى ماءِملأ كأس النبيذمن الماء البارد واستعطاؤها ثلاث مرات يوميا مباشرة بعد الأكل فانها تصلح كثيرا من حال اللبن . (Parridh's chemical food)

مأكل الطفل : — ولتعلم المرأة غاية العلم أن مأكل الطفل فى أول سنة من عمره لا بد أن لا يحتوى

على شيء غير لبنها . فان لم يمكنها ارضاعه فلا بأس بأعطاء الطفل "لبن مولت" عمل هورلك (Horlick's Malted milk) فهو يقارب لبن الأم كل المقاربة ويمكن شراؤه من الأجزخانة وصنعه سهل جداً فما عليك الا أضافة الماء الدافئ عليه فيصير كاللبن حلاوة وطعما وهو مأكل مناسب لمنحرفي الصحة من الأطفال ولا يروب في المعدة كباقي المآكل اللبنيه . واذا لم يمكن الحصول عليه فلا بأس باستعطاء لبن البقر مضافا أليه شيء من الماء وغير محل بالسكر .

ونعلم مما تقدم أن لا يحتوى مأكل الطفل الا على اللبن سواء كان لبن الأم أو لبن البقر أو غير ذلك . وكثيرا ما أدهش عندما أرى البيرة والشاى والقهوة واللحم والبطاطس والعيش والزبدة وغير ذلك من المآكل تعطى للاطفال . فدعني أكرر وجوب احتواء مأكل الطفل على اللبن فقط خصوصا أن أريد تخليصه من النوبات والمغص والاسهال والقئ . كذا لا ينبغى اعطاء الطفل شيئا من القشطه لتعسر هضمها ولا بأس بعصر الليمون على اللبن الذى يعطى للطفل هذا أن كان به اسهال أو اعتراه داء

الكساح أنما يسأل عن ذلك من الطبيب . ويلزم غسل الثدى الصناعى الذى يشرب منه الطفل اللبن (هذا ان كان لا يرضع) وليضع فيـه الكميه اللازمه فقط . ولتغسل فلته وأنبوته أيضا دائما والا حمض اللبن واختلت معـدته واليك بثديين صناعين يمكنك شراء أحدهما وهما : =

(١) ثدى صناعى عمـل أجنجتن (Eggington's Safety Feeding bottle)

(٢) ثدي صناعى منمر عمل أجنجتن (Eggington's gardua-ted feeding bottle)

ويلزم اعطاء الطفل من الطعام في وقت معين كذا يلزم تكرير اللبن قبل اعطائه للطفل في آلة مكرره عمل إعـارد (Aymard's patent Sterilizer) حتى لا يعتريه أسهال .

ومن النساء من يظنن أنهن لا يحبلن طول مـدة ارضاعهن فيداومن على رضاعة اطفالهن نحو السنتين حتى لا تكثر أفراد اسرتهن الا أن ذلك مضر جـدا بالصحه فقـد تحبل المرأة وهى مرضع وان حبلت تكون مغررة بصحتها وصحة الرضيع وتتأثر نطفة الجنين الحى التي فى الرحم وربما يموت . وقـد تنتج الرضاعة الطويله عمى المرأة وبله الرضيع (أي جنونه) . كذا كبر العروق واستسقاء

الساقين وقرح الساقين تنتج غالبا من نفاد كيان المرأة المسبب من طول الرضاعة هذا غير مايهددها من العوارض العصبيه أن هى أرضعت طويلا ـ نحو سنتين مثلا . فيلزم حينئذ فطام الطفل تدريجيا بعد تسعة أشهر أو سنه . فاذا ظهرت أسنانه المقدمه يلزم اعطاؤه أكلتين يوميا من العيش واللبن هذا غير مايرضعه ويمكن اعطاؤه مح (صفار) بيضه مسلوقة نوعا . ولا بأس أن أضيف الى ذلك القليل من اللحم المفروم مرة في اليوم بعد أن يبلغ سنة ونصف من العمر . وليس هناك شيء أنفع للطفل في السنتين أو الثلاث السنين الأول من عمره من اللبن الطيب والعيش والكاكاو والبليله المطبوخه طبخا جيداً . وأن أطعام الطفل كوالديه قبل أن يبلغ من العمر الثلاث السنوات لجريمة ويدل على غباوة وقساوة الوالدين . فان معظم أمراض المعدة والاحشاء والعصب التي تعترى صغيرى السن من الاطفال تتسبب مما يعطى لهم من المأكولات التى يتناولها كبيرو السن. فلأصرح ثانيا أن ليس هناك شيء أحسن من اللبن الجيد فهو الطعام الطبيعي للاطفال فتنبهوا ياأولى الألباب .

النظافة :ـــ ليس هناك شيء يحفظ صحة الطفل أكثر من النظافة . فيلزم غسل الطفل مهما كان صغيرا فى الصباح وفى المساء . وأحسن صابون للاطفال هو صابون ألنبرى (allenbury's baby Soap) . ويلزم تغيير منشفه الطفل حالا عند اتساخها وأن لا يمسح له فقط كما هى عادة البعض بل يغسل له بالماء الدافىء . فاذا كان خارج المنزل ومعرضا للهواء أمكن عدم التغيير والغسل له لحين عودته . ويمنع غسيل الطفل القرح وألم الأعجاز والافخاذ فتصير ناعمة لطيفة ذات رائحة طيبة . ويلزم تنشيف الطفل جيداً بعد كل غسله . ولا بأس بمسحه اذ ذاك (بغبار فلر)صنع ماثيوز (Matthews's Fuller's earth) يؤتى به من الاجزخانة حتى يمتنع الالتهاب والاحمرار . ويلزم أن يحمى الطفل مرة كل يومين وأن تكون حرارة الماء نحو ثلاثين درجه سنتيجراد وأن يمكث بها نحو خمس دقائق أن لم يبلغ الشهر من العمر أو عشر دقائق ان زاد في العمر عن الشهر . ويلزم تحمية الطفل ايضا قبل نومه هذا ان كثر قلقه ليلا وقد يزداد تسكين هذه التحمية ولطافتها أن أضيف نحو أربع قبضات من

ورق الخس الى ماء مغلى ثم أضيف ماء ذلك الى ماء الحمام. ولا ينبغى أخراج الطفل من المنزل وقت البرد الا بعد أربع ساعات من وقت استحمامه . ويلزم استحمام الاطفال الصغار وغسلهم بالقرب من النار كذا يلزم غسل الرأس دائما لمنع القشرة أى الهبريه . ويمكن ازالة قشرة الرأس بسهولة اذا دهنت الرأس ليلا ثم دلكت فى الصباح بخرقة دافئه ومسحت بنشفه ناعمه ثم غسلت جيدا .

الملابس : — يلزم أن تكون ملابس الطفل واسعة حتى يرتاح فيها ويمكنه تحريك يديه ورجليه . ويلزم عدم استعمال الدبابيس لشبكها لانها ربما تشكه فتسبب عنده النوبات بل تستعمل بدلها الأربطة . ويلزم أن تكون يداه ورجلاه وكتفاه مغطاة حتى لا يبرد . وأنى لا اعتقد لزومية تغطية الرأس الا اذا كان الجو بارداً رطبا واذا غطيت فليكن رباط غطاء الرأس الذى يربط تحت ذقنه مسترسلاً حتى لا يخنقه ان نزل الغطاء عن الرأس .

فاذا كبر الطفل واستحسن عدم الباسه الملابس الطويله فلا بأس بالباسه كما يشتهيه والداه أنما يلزم تغطية

اليدين والرجلين سواء كان المولود ابنا أو بنتا . وانى انصحهما بجعل ملابسه من الصوف وبأن يكون حذاؤه واسعا حتى لا يضيق على امتداد وكبر اصابع القدم .

النوم :— يلزم أن ينام الطفل (الا وقت الرضاعه) على فراش صغير بجوار فراش والدته لأن نومه مع والديه غير صحى . ولا لزوم «للمرجيحه» . وان نام فلينم على جنبه الأيمن مثلا مرة ثم الأيسر مرة أخرى . ولا ينبغى تعويده النوم فى «الحجر» او فى اليدين بل يمكن وضعه فى فراشه وهو صاح حتى تغفل عيناه . وان صرخ فلا تسأل عنه بل دعه وحده حتى يتعود النوم بلا هز (أو ترجيح) وهكذا حتى يشب على العادات الجميله . ولا ينبغى ايقاظ الطفل وهو نائم ولا جعل المنزل هادئا للغايه من اجله فسرعان ما يتعود المولود النوم وأمه مشتغلة باعمالها المنزليه . ويلزم تنويم الطفل مبكرا فيوضع في فراشه فى الساعه السادسة أو السابعة مساء . وهناك من يعتاد من الوالدين تحضير الطفل لزائريهما ليلا لرؤيتهم الا أن ذلك مضر بصحة الطفل وربما تزعج اعضاؤه العصبيه .

ولا ينبغى اعطاء الطفل أى شيء منوم الا ان نصح الحكيم بذلك فكم من طفل قد اختطفته يد المنيه بسبب اعطائه بعض تلك الادويه المسكنه فدع طفلك ينام فى اوقات معينه لان هذه هي الطريقة الوحيده لراحته .

الهواء والرياضة :— ان الهواء النقى لضرورى جدا للطفل . فلتهوى حجرته كما فصل في الفصل الثانى ولتكن دافئة خصوصا في أول اسبوع من ولادته . ولا ينبغى أن تكون رأسه تجاه الشباك لأن النور القوى مضر لعينيه فى أول اسبوع أو اسبوعين من ولادته . ولا بأس بأخذه فى الخارج نحو ساعه فى الصباح وأخرى بعد الظهر هذا ان كان الجو جميلا اما ان كان باردا فيلزم استمراره بالمنزل نحو خمسة عشر يوما قبل خروجه وان خرج فليكن الجو صافيا صاحيا وليلف جيدا . ويلزم الباس الطفل جوارب طويله من الصوف فى الشتاء كذا القفاز (جوانتي) يكون من الصوف وان تغطى رأسه وقت الحرارة . ولاشك فى أن خروج الأطفال في الهواء الخالص مساعد لتنوعه كذا وان الشمس والهواء ضروريان لحفظ صحة الأطفال ومع ذلك فلا ينبغي اخراجهم بعد المغرب .

ولا ينبغى تشجيع الطفل على المشي قبل الأوان لئلا تتقوس رجلاه فاذا بلغ من العمر الستة الاشهر فلا بأس بوضعه على البساط ليزحف وحده شيئافشيئا حتى يتعود المشى.

وقد يتخوف الكثير من النساء من الفتحه التى في رأس الطفل المسماة بمقدم اليافوخ والتى بها يشعرون وربما نظروا نبض الدماغ . وهى تمكث هكذا نحو سنة أوسنتين فلا لزوم للتخوف منها فانها عبارة عن خلاء فى فروة الرأس وهذا الخلاء يكون مغطى وقت الطفوليه بغشاء ووقت الشباب بالعظم .

ليسمح لى القراء بالتكلم عما يعترى الاطفال من العوارض مبيناً ما يلزم عمله تلقاءها . فاذا ولد الطفل قبل انتهاء مدة الحمل اي قبل الميعاد كان ضعيفا جدا او بجسمه حرارة قليله فيلزم حينئذ أن تكون حجرته دافئه للغايه وأن يوضع في الفراش توا بعد ولادته .

قلاع (قرح في الفم) :— ينتج هذا الداء من عدم موافقة الطعام للطفل. وقد يزول بدلك البقع البيضاء بالبورق (Borax) المخلوط عليه شيء من العسل . واذا

ظهرت هذه القرح بين اعجازه يلزم استشارة الطبيب .

انعقاد اللسان : - بما انها تمنع غالبا مقدرة الطفل على الرضاعه يلزم استدعاء الطبيب لقطع العقدة حالا فهو يقطعها بمقص مخصوص لهذا الغرض .

* خيط السرة :— ينشف خيط سرته ويسقط بعد بضعة ايام . اما اذا التهب ما بقي من البقعة الطريةورشح منها موادا فيلزم غسلها مرتين أو ثلاث يوميا بمغسول مكون من أضافةملعقةصغيره من (محلول كندى) الى قدح من الماء البارد . اما اذا ولد الطفل وبجسمه علامة للأم اى عروق نابتة بقرب بعضها من بعض (وحمه) وتحت الجلد فان اجراء عمليه بخصوصها مبكرا احسن منه مؤخراً .

الامساك := يزول امساك الطفل باستعطائه ملعقة صغيره من زيت الخروع الذى لا طعم له كذا زهرة الكبريت (Flowers or Milk of Sulphur) مسهل ايضا لامعائه فيمكن خلط ما يمكن جمعه منه على قطعة الخمسة المليمات (قرش تعريفة) بالعسل . ويلزم ذهاب الطفل الى (بيت الادب) مرة على الاقل يوميا . فاذا كبر فان مسحوق سيدلتز

يكون احسن مسهل له فيضاف نحو نصف ملعقه صغيره منه يوميا الى اللبن الذى يتعاطاه حتى يزول عنه الامساك . كذا حبوب جالابين (Chanteaud Dosimetric Granules of Jalapine) مفيده جدا فيمكن أخذ حبيبتين منها ثلاث مرات يوميا في ملعقة صغيره من الماء المحلى وهى انجع من اخذ كميه كبيره من زيت الخروع . فان لم تفتح امعاء الطفل بعد ولادته بيومين يلزم كشف الطبيب على أسته أى فتحه الامعاء فقد يولد الطفل مقفل الأست فان لم يعمل له عملية كان معرضا للموت .

الاسهال (الغائط الاخضر) :— ينتج هذا الأسهال من الخلط فى ما كله فليسأل الطبيب عن ذلك . وأن كانت المرأة ترضع طفلها فعليها بالالتفات الى طعامها ولتمتنع عن أكل المش والطرشى والخل . وقد يزول اسهال الطفل باعطائه القليل (٠٦٤٨ , جرام) من فصفات الجير توضع في ملعقة صغيرة من اللبن وتؤخذ مرتين أو ثلاث مرات يوميا .

التقايؤ :— اذا تقايأ الطفل فربما تكون معدته محمله فيلزم ارضاعه أو اعطاؤه القليل من اللبن كل مرة . ولا بأس باعطائه النذر من فصفات الجير لأنه مفيد ايضا .

الصراخ :- قد يصرخ الطفل لسببين امالكونه جائعا أو لأن به ألماً. فاذا كان جائعا يمص أى شيء يعطى له فيسكت عند ارضاعه اما ان كان به ألم فيظهر على وجهه الغضب ويمتنع عن اخذ الثدى. ويأتى هذا الالم غالبا من هواء أو مغص في معدته أو أمعائه وقد يزول باعطائه ملعقة صغيره من ماء الكراويا تعطى له من آن الى آخر. وقد يبكي الطفل ايضا لعطشه.

ولا ينبغى اعطاء الطفل مما يتكون فيه النشا (كالبلوظه والمهلبية) لأن الطفل الذى لم يبلغ سنه السنة لا يمكنه هضم النشا. وقد بينا ان عدم الالتفات الى مأكل الطفل منتج للاسهال والاستفراغ الخ.

اما النوبات وداء الذبحه (الزور) والحصبه والحمى القرمزية والجدرى وغير ذلك فتستلزم استدعاء الطبيب لأن السكوت عنها خطر. فاذا اعترى الطفل امراض نوبيه أو داء الذبحة (مرض فى الزور) أمكن استحمامه بالماء الدافيء بينما يستدعي الطبيب. اما الحصبة والحمى القرمزية والجدرى وغير ذلك فابتداؤها دائما الحمي. ويمسح جميع

اجزاء جسم الطفل في هذه الحالات بقطعة اسفنج مثلا مملوءة بالماء الفاتر بالقرب من النار ثم يوضع في الفراش . وليكن بالمنزل شيء من حبوب شنتود فيراترين (Chanteaud Veratrine Granulee) فاذا سخن الطفل واعترته الحمي امكن اعطاؤه حبة من هذه الحبوب كل نصف ساعة لحين حضور الطبيب . وعلينا أن لا ننسى أن هذه الحمى معدية فيلزم عدم خروج الطفل المصاب بها قبل مضى ستة اسابيع والا اخذ غيره عنه هذه الحمى فضلا عن تعرضه للالتهاب والاستسقاء .

مرض الجلد (الجرب) :- يمنع هذا المرض بالمواظبة على نظافة الجسم وعلى المأكل المناسب والهواء الخالص . وتداوى رأسه ان كانت بها هبرية لئلا تنتشر فاذا التهبت فروة الرأس امكن رشها صباحا ومساء بمسحوق فينوليا Vinolia Powder يؤتى به من الاجزاخانة كذادهان فينوليا (Vinolia Cream) ومرهم الأكتسيول (Ichthyol ointment one dram to the ounce) نافعان لهذا الغرض . ويلزم ان لا تهمل امراض الاطفال الجلدية لان الالتهاب والهرش

المسببين للحمى والمانعين للنوم منغصان للحياة ومضعفان للصحة فيلزم استشارة طبيب حاذق .

الاسنان :- يبتدئ ظهور الاسنان في اوائل الشهر السابع وتتم في نحو سنتين . وتسبق اسنان الفك الاسفل اسنان الفك الاعلى بوقت قصير . وعدد هذه الاسنان عشرون اى عشرة في كل فك وتسمى باسنان اللبن . ويلزم ان يكون للطفل وسادة اسنان مخصوصة مصنوعة من المغيط (الجلد) حتى يعضها عند ظهور اسنانه . ويلزم دلك لثة الاسنان دائماً بالاصبع منغمسا فى العسل . ولا ينبغي استعمال اي مسحوق للاسنان كذا لا ينبغي ان يكون عند الطفل امساك . واذا اعترته الحمى فليحضر الطبيب .

يجب تسجيل اسم الطفل بعد ولادته ببضعة اسابيع والا عاقبت الحكومة والده . ويحتم تطعيم الطفل قبل ان يبلغ الثلاثة الاشهر من العمر . فاذا ارادت المرأة عدم المخاطره بصحة طفلها فعليها ان تسأل الطبيب الموكل بتطعيمه أن يستعمل (مصل البقر) فكم من طفل اضر طول حياته لتطعيمه من مصل طفل اخر . ولو ان تطعيم الطفل شيء اجبارى الا ان النظافة هي احسن وقاية من الجدرى .

١٠

الفصل العاشر

(علل الحمل ومعالجتها)

هناك من النساء من اذا حملن سريعا المرة بعد الأخري قاسين بعض الاختلال في الصحة ولذا سأذكر هنا هذه العوارض والاختلالات مبينا كيفية معاملتها :ـ

فقر الدم :ـ تضعف صحة المرأة كثيرا أن هي ولدت الواحد بعد الآخر أو أرضعت اطفالها مدة طويله فيقل دمها ويصير مائيا وينقصه بعض العناصر الضروريه لتحسين حالته . فمن كان عندها فقر في الدم لاحت على ملامحها علائم الاصفرار وابيضت شفتاها وزالت عنهما الحمرة الورديه وصار دمها يدور دوران العاجز وشعرت ببرد حتى في الايام الدافئه وزال ميلها للاكل وخفق قلبها خفقا شديدا أن هي تعبت قليلا وأتاها وجع في الرأس من آن الى آخر وتعبت من أقل شيء وصارت كأن بها حزناً أو

ضيقاً وفقدت كل اهتمام باعمالها المنزليه . فاذا اهملت المرأة حالتها هذه نقصت بنيتها نقصا حسيا وساء ت صحتها كلما تلد فبدل أن تلد فى انتهاء التسعة الاشهر أي بعد استكمال مدة الحمل تسقط أو تلد قبل الميعاد فيزيدها ذلك والنزيف الرحمى وهنا وضعفاً الى حد كبير فتترك المرأة بحالة يرثى لها وتصير غير مناسبة لان تكون زوجة أو أماً لأ طفال تكونون ذوي صحة جيده . وربما لم تبلغ المرأة الثلاثين عاما ويظهر ضعفها كأنها عجوز فلا يمكن تمييزها الا نادرا . تلك هي المرأة الصغيرة السن الجميلة الهندام والمطلع التي تزوجت منذ بضعة سنين نظهرت حياتها الجديدة اذ ذاك كأنها مملوءة بالسعادة والغبطات المنزليه . وكثيرا ما يعقب هذه الحالات ـ حالات فقر الدم ـ انحطاط فى الصحة أو السل أو تؤدى الى قرحة فى المعدة . وكل من يعتريها فقر في الدم تكون معرضة لالتحاقها بأي مرض جار ويأتيها هذا المرض بكيفية بحيث لايمكنها الشفاء منه الا بعد الزمن الطويل .

وقد ورد على نساء كن حاملات وهن في منتصف اعمارهن (نحو خمسة وثلاثين سنه) واعتراهن مايسمى

بفقر الدم المؤذي فسبب ذلك تقرحا فى المعده ونزلات دمويه شديدة من الانف أو الامعاء أو الرحم مع الحمى والضعف المتناهى . وكثيرا ما زاد هذا النوع من فقر الدم الطين بله وسبب الموت جزاءً لحياة قضت علي نفسها بالولادة . فماذا يعمل تلقاء حالة كهذه ؛ اليك أيتها المرأة الصغيرة السن أصرح بكل بساطة أنك أن وجدت أن صحتك في اضمحلال فعليك بعدم الحبل مدة من الزمن حتى تقوى بنيتك تماما . ولتمتنعي أيضا عن كثرة الجماع فربما تقع قليله . وعليك بالكثرة من الهواء الخالص والنور الطيب الغير الضئيل والرياضة والنوم مبكرا حتى تستريحى غاية الراحة بلا مزعج ولا مقلق . وأن امكنك السفر الى احدي الثغور كالاسكندريه وبورسعيد أو الى الارياف عند صديقاتك أو اقاربك فلا بأس . وعليك أن تتناسي بقدر الامكان كل مايشغل البال ويكدر الخاطر من مهمات الحياة .

ويلزم أن يكون مأكلك مغذيا فلا تبخلى على نفسك باللحم (الضانى) . اما اللبن والبيض والزبدة فهي من المواد المغذية أيضا كذا الكاكاو فهو أحسن المشروبات . ولتجتنبي

شرب الجعه وجميع انواع الكحول كذا شرب القهوة والشاي.
ويلزم الأخذ من اكستركت مولت(Extract of Malt)
مع كل أكلة وأن شُربة أدوراد المنشفة (Edward's desiccated soup)
لمغذية للغايه . ويلزم ترطيب الامعاء وأحسن مسهل لذلك
هى حبوب الصبر والمر (Aloes with myrrh) يؤخذ منها
حبة كل ليله وفى وقت النوم أو يؤخذ ملعقة صغيره من
مركب مسحوق السوس(Compound liquorice powder)
تخلط بالماء أو اللبن .

ويلزم الاستعطاء يوميا من المركبات الكيماويه ما
احتوى منها على الحديد ولتؤخذ لمدة طويله . فيمكن
الاستعطاء من مسحوق الحديد(Reduced iron) بمقدار ٠٠٦٤,٠
أو ١٢٨,٠ جراما تؤخذ ثلاث مرات يوميا أو من اكسيد
الحديد القابل للذوبان (Chanteaud Soluble oxide of iron)
تؤخذ ثلاث مرات يوميا ونحو ثلاثين نقطه كل مرة ويمكن
وضعها على قطعة من السكر . ويلزم الاستعطاء من المركبات
الحديدية وقت الأكل ولا بأس بالاستعطاء من زيت السمك
(Cod liver oil) فربما أفاد . ولا بأس بركوب البسكليت

على شرط عدم أطالة مدة الركوب لئلا يتعب الجسم لأنها تسبب تحريك اغلب العضلات وتزيد قوى التنفس ودوران الدم وتحسن الرغبة في الأكل وتهدىء الفكر وتساعد وظيفة الجلد وتسهل النوم . وهى انفع من ركوب الحصان أو العربة هذا خلاف رخصها . وعلى من يتخذ هذا النوع من الرياضة من النساء أن يلبسن ملابس صوفيه . ويلي ركوب البسكليت فى المنفعة الجسمانية المشى بنشاط . ويلزم استشارة الطبيب ان لم تحسن صحة المرأة من ذلك حتى لا ينقلب فقر الدم الى حالة مفسدة ومؤذية بها .

ألم العصب الشديد :— ويسميه السوريون النفرالجيا وقد يعترى المرأة التى تحمل تكرارا أو ترضع مدة طويله فيأتيها من آن الى آخر ويمكث معها طويلا . واذا أزمن هذا الداء فمن الصعب جدا شفاء المرأة منه . ويمكن أن يأتى بشكل من اشكال مختلفه متسلطاً على اى جزء من الجسم الا أنه يأتى غالبا ما بين العين والصدغ ويسمى بالتيك المؤلم فلا نبالغ اذا شبهنا ألمه بألم مسمار يدق في نقط الجسم التي اعتراها هذا الداء . ومن النساء من يكون

بهن فقر دم فتصيبهن النفرالجيا نحو عظمة الثدى أو تأتيهن بصفة روماتزم في الفخذ وتسمي شياتيكا . وأنى اعرف الكثير من النساء اللاتى تأخرت حالتهن بسبب كثرة الولادة قد تألمن من وجع العصب على اختلاف انواعه شهوراً عديده حتى ضعفن فى القوة وخملت هيئتهن العصبيه. والأحسن فى احوال كهذه أخذ رأى الطبيب ومع ذلك فسأبين بعض العلاجات المريحه او الشافيه للمريض .

اما النفرالجيا المسببه مما ذكرناه قبلا فانها لا يخف بخلع الاسنان أو هكذا بل يلزم ترطيب الامعاء وتنظيمها وأكل ماغذى من الاشياء كالقشطة . والاكثار من الهواء الخالص والرياضة . ويلزم أخذ حبة ثلاثة مرات يوميا من التركيب الآتي تؤخذ توا بعد الاكل :

Phosphide of Zinc, (grain 1/6)	فسفيد الزنك (٠٠١٠٦. جرام)
Arsenious acid, (grain 1/24)	الحامض الذرنيخوس (٠٠٠٢٦. جرام)
Sulphate of strychnine, grain 1/36	كبريتات الاستركنين (٠٠٠١٧. جرام)
Reduced iron, (grains 3)	مسحوق الحديد (١٩٢. و. جرام)
Mix & Make one pill.	تخلط ويعمل منها حبة

ولا بأس بالاستعطاء من زيت السمك أو (اكستراكت مولت) فانهما مفيدان . ويلزم التجنب من تعاطي العقاقير المنومه (الا اذا أذن الطبيب بذلك) وجميع انواع المسكرات كهذا يلزم فطام الطفل ووقاية نفسها من الحبل حتي ترجع لها صحتها .

ويتسبب كبر العروق واستسقاء الساقين وقرحها غالبا من تفاد كيان المرأة الناتج من طول مدة الرضاعة أو كثرة الولادة . اما كبر عروق الساقين (دوالى الأورده) فيلزم أن تعضد بلبس ملف أو شراب مرن . أما قرح الكعب فيمكن شفاؤها باستعمال مرهم الزنك (Zinc ointment) بان يوضع منه شيء على خرقة ناعمه من الكتان مثلا ثم توضع هذه على محل الوجع . وان الاستراحة على الكنبه أو وضع الساقين على كرسي لمساعد على الشفاء .

يجب ايضا ترطيب الامعاء وأكل الطعام المغذي والامتناع عن أكل الفلفل والخردل (مسترضى) وكل المواد الحاده واستعطاء ٠٠٦٤. جرام من فصفات الجير (Phosphate of lime)مع كل أكلة أن كان هناك قرح في

الساقين وكان ذلك متسببا مما ذكرناه .

النوبات الهيستيريه :— تحصل هذه النوبات لمن قل دمهن أو ضعفت اعصابهن . فاذا اعترى المرأة احدى هذه النوبات شعرت في المبدأ بحالة غريبة كأن بلعومها شيئا يزيد شيئا فشيئا فيصير كالكرة ثم تقهقه ضحكا وتبكى وتتنهد وتئن وتتكلم بجنون وطيش فاذا كانت النوبة شديدة تشنجت وظهر للجمهور كأن حالتها خطرة للغايه . واذا لم تقف هذه النوبات عند حدها تعتريها كل يوم فينتج منها التعس الشديد للأسره وربما انتهى حالها الى نوع من الجنون . فعلى المرأة حينئذ أن تتسلط على عقلها حتى لا تحكم هذه النوبات عليها فترجع ما فقدته من قوتها الجسمانيه بالمآكل المغذيه والهواء الخالص ومجانسة من ينشرح بمجالستهم الصدر ويرتاح البال . ولتأخذ من احدى التركيبات الحديدية التي ذكرناها قبلا بخصوص فقر الدم ولترطب امعاءها بالاستعطاء من الصبر والمر (Aloes & myrrh) ولتستكف بقليل الجماع . فاذا بان لها حلول النوبة أمكنها مسح الوجه بقليل من الماء البارد وأخذ ثلاثين نقطه من صبغة حشيشة النهر (Tincture of valerian)

توضع فى قليل من الماء ·

النوبات الصرعيه :— قد تحصل هذه النوبات من التهييج الذى عرضت اليه الاعضاء العصبيه ومن حالة الضعف وفقر الدم المسببة من كثرة الولادة . فان أبتليت المرأة بنوبات صرعيه لانعلم متى تشفى منها فقد تعتريها من آن الى آخر لمدة سنين عديده . وتسهل كل نوبة فى اضعاف العقل . ومن النساء من ترضع مدة ثمانية عشر شهراً أو سنتين فيأتى عليهن غالبا عوارض عصبيه واذا حملن وهن يرضعن يكن معرضات أجسامهن وعقولهن لمنتهى الوبال. واذا اعترى المرأة احدى هذه النوبات فعليها أن تكون رهينة أوامر الطبيب وأن ترطب امعاء ها وتمتنع عن أكل كل مايسبب التخمه أو يسهل تكوين الهواء فى المعدة والامعاء.

نزول الرحم :— يتسبب نزول الرحم من أمرين : اما كثرة الولادة أو القيام من الفراش عاجلا والمرأة والدة . فينزل الرحم فى المهبل وربما ظهر خارج العضو التناسلى عندما تمشى . أما أن لازمت الفراش فيكون الرحم عادة (فيما لو كانت حالتها سيئة للغايه) في موضعه المعتاد . فاذا

اجهدت نفسها (فى بيت الادب) نزل رحمها وذلك يتسبب من ضعف وارخاء الاعصاب التى تسند الرحم كذا من ارخاء الرحم نفسه . وبما أن سقوط الرحم مسبب لعدم الراحة وجعل المرأة غير كفء للقيام بجميع اعمالها عليها حقن المهبل صباحا ومساء بحقنة تتكون من أذابة ملعقة صغيره من الشب (Alum) أو كبريتات الزنك (Sulphate of Zinc) في نحو ثلاثة ارطال من الماء البارد واليك بحقنتين لهذا الغرض وهما: حقنة هربرتز برجن (Herbert's Paragon Vaginal douche) للدوش المهبلي وحقنة هيجنسن (Higginson's Syringe). ولا بد من وصول هذه الحقنة لحد الرحم . ويلزم ترطيب الامعاء بالاستعطاء من مسحوق سيدلتز فاذا نزل الرحم رغما من استمرار استعمال الحقنه فالاوفق استشارة الطبيب فربما أمرها بلبس فرزجه « بسرى»

الأوذيما البيضاء المؤلمه :- أو الفلغماسيا

البيضاء المؤلمه كما يقول السوريون ينتج هذا الداء السئ من الولادة ويحدث من تغير حالة الدم فتتكون خثرة من الدم في العرق الكبير الذى يمر من مقدم الفخذ واصلا الى

الجسم (البطن) . ومن النساء من يكن كثيرات التعرض لهذا الداء فاذا اعترى احداهن مرة مدة الحمل أو الولادة تتأكد بعض التأكد من رجوع هذا الداء لها في كل ولادة تليها . ويعترى هذا الداء عادة الساق الأيسر وقد يعترى كلا الساقين إلا أن ذلك نادر وربما مر من ساق الى آخر . وابتداؤه الحمى فترتعش المرأة ويصير جلدها سخنا وجافا ، ويعتريها مرض رأسها وتسرع نبضاتها وتعتريها الآلام . ويصير ساقها سخنا ومؤلما للغايه فى الغالب وربما ابتدأ الألم في بطن الساق وانتشر فيه الى الفخذ والبطن وبالعكس . ويلي ذلك ورم الموضع المؤلم . فاذا اعترى هذا الداء الساق بأجمعه فربما ورم في بضع ساعات وصار حجمه ضعف الحجم الاصلي . وتشعر المرأة كأن عروقها أمراس وأن لمست ظهر لينها ومرونتها كذا فان مايغطيها من الجلد يكون محمر اللون . وهناك خاصيه لورم الأوذيما البيضاء وذلك ان الجلد يصير ابيض اللون (مصفرا) مشدوداً ولامعاً فاذا ضغط الانسان بأصبعه على الساق شعر بصلابته وثباتها ومقاومتها كما لو كانت قطعة من الرخام البارد . وتمتلئ

الأوردة (العروق) بجثرات دمويه ملتهبه ومهيجه وقد تورم غدد الاربيه وتتكون بها مواد ثم تنفجر . وتشعر المرأة بأنها مريضة ويصير لسانها ابيض اللون ويعتريها امساك وتشعر بالعطش الشديد المحرق . فاذا ساعدتها الأحوال زال عنها جميع العوارض في نحو بضعة أيام أو أسبوعين أو أكثر ولم يبق منها سوي ورم الساق الذى قد يمكث اشهراً عديده قبل رجوعه الى حجمه وحالته الا صليين . ويجب ترك معالجة هذا الداء للطبيب . ويمكن أراحة الساق بأعانتها بأى مركز مريح ولفها بحشو من الصوف القطنى فاذا كان الألم شديداً أمكن رش هذا الحشو باللودنوم (Laudanum) . فاذا تمشت المرأة سكن الألم وأمكن أعانة الساق ورجوعها الى حجمها الاصلي بلبس رباط كوتشك عمل مارتن (Martin's pure rubber bandages) ومن النساء اللاتى يصيبهن هذا الداء من تموت فجأة بسبب انفصال خثرة من الدم من العرق المسدود ووصولها الى القلب أو الرئتين فكثيرا مايظهر على ملامح النساء علامات الشفاء فيمتن فجأة بعد ولادتهن بأيام قلائل أو أسبوعين . فاذا

انفصلت خثرة من الدم ووصلت الى القلب زاد التنفس سرعة وصعوبة وظهر على الوجه علائم الاصفرار والموت وضعف النبض كثيرا أما اذا وصلت خثرة الدم الى احدى اوعية الرئتين الدمويه كانت الاعراض أكثر فجاءة ——

تطاب المرأة التنفس بغير منذر ويتغير لونها الى لون أرجوانى فتجاهد كل الجهد فى التنفس وحصول الهواء لرئتيها ثم تسقط فتموت فى بضع دقائق . فهل تنفع المعاملة حينئذ؟ كلا فكثيرا ما ماتت المرأة قبل استحضار الطبيب بزمن وعلى كل حال فكل مايمكن عمله هو اعطاؤها (أن أمكنها الازدراد أي البلع) نحو عشرين نقطه من روح النشادر العطرى (Sal volatile) كل بضع دقائق تضاف الى ملعقة صغيرة من الماء وربما نفعها الحقن من روح النشادر تحت الجلد . فليسمح لى القراء بتسطير الفصل الآتى الا وهو متى يستحب منع الحبل ولهم الفضل .

١١

الفصل الحادي عشر

(متى يستحب منع الحبل)

قد بينا فى الفصل السادس خطر السقوط وعقاب القانون له ولم تترك للمرأة بابا تقرعه (أن أوجب الحال ذلك) الا اتخاذ الطرق لمنع الحبل لان ذلك غير خطر للصحة أو الحياة . وبما أن منع الحبل هو مما يخالف قوانين الطبيعه مقللا من معشر الانسان الذى تدور به رحى الوجود وجب علينا أن نبين للمرأة متى يستحب لها استعمال الطرق لمنع الحبل حتى تكون على بصيرة من ذلك . هاك بنتا صغيرة السن لم تبلغ العشرين عاما فيالجسمها من نحول ويالصحتها من ضعف قد تزوجت فهل تصلح حالها للولادة ؟ كلا فانها لم تقو ولم يكمل نمو أعضائها بعد فعليها اذن باستعمال الطرق لمنع الحبل حتى تعبر سن العشرين فتقوى ويكمل نموهافأن ولدت كانت غير مخاطرة بنفسها وصحتها وحياة جنينها . نعم

تتركها تلد بعد سن العشرين ولا تقيدها بشروط أخرى فتظن أن قد تركنا حبل الولادة لها فلا يمر عليها بضع سنين حتى نراها وقد انحلت قواها وضعف حالها واعتراها فقر في الدم وناهيك بهذا الداء الوبيل الذي يسبب دوام سقوطها أو ولادتها قبل انتهاء المدة وربما تسبب عنه السل أو أي مرض من الامراض السائره (كما هو موضح في الفصل العاشر) فلذا وجب علينا أن ننصحها بالامتناع عن الحبل كلما اضمحلت صحتها وساء حالها حتى تتحسن حالتها . وهاك كبر العروق أو دوالى الأوردة واستسقاء الساقين كذا مرض العصب الشديد أيضا فانها تتسبب من كثرة الولادة فيستحسن حينئذ التوقى منِ الحبل حتى ترجع الصحه لما كانت عليه . أنسينا "نزول الرحم" ؟ أنه قد يسوء حاله بكثرة الولادة فعلي الزوجة الامتناع عن الحبل حتى يقوى عضوها التناسلي . اما الأوذيما البيضاء المؤلمه المنوه عنها فى الفصل السابق فهي ان اعترت المرأة مرة ما فمن حسن الرأى والتبصر استعمال الوسائل حتي لا تلد المرأة ثانيا لئلا تكون معرضة لرجوع هذا الداء بعد كل ولادة .

وليسمح لى القراء بأن أكرر ماقلته وهو على كل امرأة متزوجة أصيبت مرة ما بأى داء أو مرض اما مدة حملها أو وقت ولادتها أو أثناء الثلاثة الاسابيع التالية للولادة وكان هذا الداء أو المرض متسببا من هذه الاحوال فعليها أن تحترس كل الاحتراس حتى لاتلد ثانيا . فمن النساء من يشرفن على الموت بعد ولادتهن فينجون بارواحهن بعد الجهد الشديد ويصرن ضعيفات مريضات لمدة اشهر عديده وآخريات تعتريهن النوبات أو نزيف رحمى شديد أو الجنون أو غير ذلك بعد كل ولادة . ومنهن من يلدن الطفل ميتاً ويكن في خطر جسيم وقت الولادة لضيق القناة العظميه التي يمر منها الطفل عند الولادة فيتسبب من ذلك أما خروج الطفل قطعا واربا أربا أو يلزم لخروجه ادارته أو استعمال ملقط جراحى .

وحقيقة القول أن هناك أحوالا كثيرة ترد على الطبيب مبينه ضرورة الاجتهاد في منع الحبل هذا أن كانت النساء تعرف لحياتها وصحتها قيمة .

وكم من مرة نسمع أحد الاطباء يقول " لاينبغي أن

تحبلى ثانيا لمدة سنتين أو ثلاثة » أو « أن كان لحياتك قيمة عندك فعليك أن لا تلدى ثانيا » وطالما ذهب كل ذلك ادراج الرياح وقل من وضع كتباً ليرشد المرأة فيما يختص بذلك فتمتنع عن مجامعة الزوج أو تترك الاشياء للمقادير فهاكم التفاسير التامه تشرح في الفصل التالى فليقرأها كل من الزوج والزوجة .

١٢

الفصل الثانى عشر

(كيفية منع الحبل)

(١) أخبر أحد الكهنه الدكتور (جيوفني تاري) أحد أطباء نابولى أن النساء الفقيرات بايطاليا يمنعن الحبل بجلوسهن على الفراش تواً بعد الجماع وسعالهن (كونهن يسعلن) وهذا السعال أخرج منىّ الرجل من المهبل . ومن رأى الدكتور تارى أن قد تجيب هذه الطريقة الطلب الا أنى لا يمكننى أن أفهم كيف يخرج كل المنى لأن للمهبل حافات يأوى اليها المنى فكيف يمكن اخراج جميعه بالسعال مهما كان شديدا. ومع ذلك فقد أخبرنى بعض النساء أن هذه الطريقة تجيب الطلب دائما فى حالاتهن .

(٢) اتخاذ ترتيب مخصوص في الجماع ينجح غالبا في منع الحبل . ويلزم اجتناب الجماع من خمسة ايام قبل (العاده) الى ثمانية ايام بعدها لأن الوقت المحتمل فيه الحبل

كثيراهو فى الايام الأول القليله بعد انقطاع (العادة). وانى مجبر أن أبين بأن هذه الطريقة تخيب في نحو خمس حالات في كل مائه ولذا لا يمكن الاعتماد عليها .

(٣) أخراج عضو الرجل التناسلى (القضيب) قبل نزول المني مستعمل بكثرة بفرنسا وهذه الطريقه (أن تم الاخراج قبل التصريف) تنجح دائما . الا أنى أعتقد أن ممارسة هذه العادة مؤذية ومضره لاعصاب الكثير من الناس ولذا لا أنصح باستعمال هذه الطريقة دائما ومع ذلك فهى معضدة بكثير من الاطباء المشهورين .

(٤) يمدح الكثير من الاطباء حقن المرأة نفسها فى المهبل توا بعد الجماع. ومن أحسن المحلولات التى يحقن بها محلول الشب (alnm) ويتكون باضافة ملعقة صغيرة منه الى رطلين من الماء الدافئ . ويلزم حقن المهبل بها حقنا تاما بمحقنة ذات تيار منعكس (Reverse current Syphon Enema Syringe).

ولهذه المحقنه انبوبة للمهبل بها ثقوب حولها وأخرى عموديه فتدخل المرأة من هذه الأنبوبة في المهبل بقدر ما يمكن ادخاله ثم يحقن بهذا المحلول حتى يغسل المحل غسلا تاما أي

بنحو أربعة أرطال منه . ويمكن استعمال مسحوق الدكتور (بلفرى) المكون من كاربونات الزنك وكبريتات الزنك الجاف (Sulpho-carbonate of Zinc and dried Sulphate of Zinc) من كل منهما أوقيه (٢٨,٣٥ جرام) كذا أربعة أوقيات (١١٣,٤ جرام) من الشب (alum) وهذا المسحوق ناعم للغايه ويستلزم أذابة ملعقه صغيرة منه في نحو رطلين من الماء الساخن . وبما أن استعمال طريقة الحقن هذه تستلزم قيام المرأة من الفراش فربما يستحسن استعمال مغسلة (Irrigator) حتي يمكنها ملازمة فراشها . وهذه المغسلة عبارة عن وعاء يسع نحو الرطلين فيعلق فى الحائط بالقرب من المرأة مرتفعا عن رأسها نحو متر وربع أو أكثر وفي قعر هذا الوعاء خرق يضع فيه أنبوبة من اللاستك ويلبس لآخر هذه الانبوبة انبوبة اخرى للمهبل . فتملأ المرأة الوعاء قبل الجماع بالمحلول الذي تريد استعماله (محلول الشب مثلا) كما وضحنا قبلا وتوضع منشفة واناء على كرسى بجانب السرير . فاذا انتهت من الجماع نامت على ظهرها واضعة الاناء تحتها ثم تدخل من الانبوبة (انبوبة المهبل) في المهبل بقدر ما

يمكن أدخاله ثم تفتح ما يمكننا تسميته بحنفيه (موضوعه بين الانبوبه الآستيك وانبوبة المهبل وضاغطة على انبوبة اللاستيك حتى لا ينزل السائل الذي فى الوعاء الا عند اللزوم) فيدخل محلول الشب في المهبل ويخرج ثانيا في الأناء بغير تعب أو بل . ويمكن جعل نزول المحلول بقوة أو بخفة حسب ارتفاع الوعاء الذى هو به . وقد ورد على مراراً عديده أنه يمتنع الحبل باستعمال احدى المحلولين المذكورين الا أني أعتقد أنه لو أستعمل محلول الكينا (Quinine Solution) بدل محلول الشب لما حبلت المرأة الا في النادر . ويلزم أن تكون قوة محلول الكينا بمقدار ١،٢٩٦ جرام لكل رطل من الماء الدافئ .

وبما أن الكينا لا تذوب فى الماء العادى يلزم لاستحضار محلولها أن يؤخذ المقدار المطلوب من كبريتات الكينا (Sulphate of Quinine) ويوضع في كوب نبيذ ثم يسقط عليه نقطة نقطة من مكرر الكحول (Rectified spirits of wine) حتى تذوب جميع الكينا فتفرغ فى وعاء الماء الساخن المراد استعماله للحقن وتقلب جيداً وبهذه الطريقة تتوزع الكينا

توزعاً تاماً في الماء بصفة مسحوق ناعم. وكثيراً مايمنع حقن المهبل جيداً بالخل والماء البارد (جزء من الخل يضاف الى ستة اجزاء من الماء) الحبل كذا فان الحقن بمحلول كندى (Condy's fluid) أو بمحلول كريولين (Creolin) بأضافة ملعقة صغيرة منه لكل رطل من الماء الساخن ينفع كثيراً وندر أن خاب .

(٥) يمكن ادخال قطعة ناعمة جدا من الاسفنج تكون منتقعة بالماء الفاتر أو (أحسن من ذلك) بمحلول الكينا بالقوة التى وضحناها قبلا في أعلى المهبل قبل الجماع . وليكن هذا الاسفنج مربوطاً أو ملتصقا به خيط أوشريط حتى يمكن اخراجه بسهوله . وتنجح هذه الطريقة غالبا خصوصاً أن أنتقع الأسفنج بمحلول الكينا أو برغوة صابون الكينا عمل الدكتور ألبت (Allbutt's Quinine Soap). وقد ورد عليّ أنه لم يمنع الحبل وكان قد انتقع الأسفنج بالماء ويلزم استعمال الاسفنج اللائق المعد لذلك حتى تتيقن من النجاح وأن يكون حجمه بحيث أنه يملأ الجزء الأعلى من المهبل بعد نقعه ويمكن استعمال قطعة الأسفنج مراراً

عديده أن غسلت كل مرة غسلا جيدا .

(٦) المانع الجيد للحبل هو ما يسمونه بالكبوت (Better) ألا وهو غلاف مصنوع من الجلد أو اللاستيك الرفيع فيلبس لعورة الرجل قبل الجماع . والغاية منه منع تصريف المنى في المهبل ولذا لا ينبغى أن يكون به أى خرق صغير لئلا يخرج بعض المنى منه ويسبب حبل المرأة . ويلزم عدم شد الكبوت للآخر بل يجب ترك مسافة نحو سنتيمتر في آخره حتى ينزل فيها المنى والا فقد يعترى عورة الرجل الضرر. ولا ينبغي استعمال غير الكبابيت القويه ولا الصغيرة لان بانكسارها ربما تسبب حبل المرأة .

(٧) أخترع الدكتور "منسنجا" فرزجة أى بسرى كاصطلاح الستوريين لمنع الحبل منعاً حقيقياً هذا أن وضعتها المرأة وضعاً صحيحاً . وهذه الفرزجة ذات أحجام مختلفة وشكلها كشكل غطاء صحن مستدير قبته مصنوعة من المغيط (الجلد) الرقيق الناعم فلا تحمل اللمس . وحافة هذه الفرزجة مكونة من حلقة سميكه من المغيط ويمكن ضغطها لاى حجم. ويراد من جوف الفرزجة تغطية رقبة وفم الرحم

أثناء الجماع حتى لا يدرك المني الرحم . ويمكن مع التمرين القليل أن تلبس المرأة الفرزجة لنفسها فتضعها في المهبل جاعلة جوفها الى فوق وبذلك تمتد حافتها وتضغط على جميع جوانب المهبل فتمنع مرور المنى بينهما منعا تاما . واذا كان وضع الفرزجة صحيحا لا تقل لذة الجماع بسببها .

ويلزم حقن المهبل بالماء الفاتر أو بالشب والماء أو (أحسن من ذلك) بمحلول ضعيف من الكينا (بمقدار ٠٫٦٤ جرام لكل رطل من الماء) أو بمحلول كندى (ملعقة صغيرة منه لكل رطل من الماء) ذلك قبل أخرج الفرزجة فى الصباح أى بعد الجماع . ويستحسن أيضا غسل المهبل بعد خروجها .

واذا أردت شراء فرزجة فعليك بالحجم المتوسط . ولقد اجتهد الكثيرون فى تحسين ' فرزجة منسنجا ' وتنويعها فاهتدوا الى عمل غيرها الا أن البعض منها صعب التعديل أو ناقص في الرسم . وبعد تفكر كثير وتجاريب عديده حسنت الفرزجة المنوه عنها كل التحسين فأتت على ما يرام وامكن ادخالها وتعديلها وابقاؤها فى محلها بسهولة وتسمى

هذه الفرزجة أو البسري (بسري منسنجا) تحسين الدكتور ألبت (Dr Allbutt's "Improved" Mensinga (I. M.) Pessary). وتمتاز عن غيرها كثيراً من حيث المتانة فيمكن استعمالها زمناً طويلا وهى مصنوعة من المغيط ومغشاة بالميناء وذات حجم اكبر بقليل من حجم فرزجة منسنجا المتوسط فهى تغطى فم ورقبة الرحم تغطيه تامه وتحفظ في محلها أيضا وهى ذات لولب فى حافتها بحيث أنه يضغط ضغطا متساويا على المهبل من غير مضايقة

وتمتاز بسرى تري (Terry's unique Check pessary) ببعض الامتياز عن غيرها خصوصا لعدم وجود ثلم (خط محفور) بين جزئها الناعم والحافة يأوى فيه المنى كذا فأن هيئة حافتها مصنوعة بحيث أنها تبقى بموضعها (بعد تركيبها) بسبب الضغط الهوائى.

ولتسهيل إدخال البسرى يلزم لطخها إما بأحسن جليسرين أو برغوة صابون صاف . فلو استعملنا رغوة صابون الكينا (Quinine Soap) لكان هناك ضمانتان ضد الحبل وفي هذه الحالة يلزم غمس البسرى غمساً تاماً في داخلها وخارجها . ولادخالها يضغط على الحلقة بين السبابة والابهام وتدخل في المهبل بحيث يكون جوفها الى فوق ويلزم دفعها لأعلى

مايمكن وامتدادها فى أعلى جزء من المهبل . فاذا وضعت وضعا صحيحا كانت رقبة الرحم كجسم صلب فى وسط جزء (البسري) الناعم وتضغط الحلقة ضغطا متساويا حوله على جميع جهات المهبل فتغطى (البسرى) رقبة الرحم كما تغطى البرنيطه اللينة الرأس .

(٩) وهناك فرازج قابلة للذوبان صنع (رندل) (Rendell's Wife's Friend Soluble Pessaries) بها يمكن منع الحبل . ذلك بأن تدفع أحدى هذه الفرازج فى الجهة العليا من المهبل نحو خمس أو عشر دقائق قبل الجماع فتذوب السكينا المحتوية عليها هذه الفرزجة وتتقابل مع المني الفعال عند دخوله فى المهبل فتميت مفعوله لوقته وبذا يمنع الحبل . وليس فى هذه الفرازج شيء يلتهب منه عضو الرجل التناسلى أو المهبل كذا ليس هناك ضرر من الاستمرار على استعمالها . ومن الأختبار عرفنا أنه يمكن الوثوق بهذه الفرازج للغاية لأنها تمنع الحبل دائما .

وليكن الجمهور على حذر من التقاليد العديده لهذه الفرازج التى يعملها أناس غير مرتابين ولا مكترثين بالعواقب .

أما الفرازج القابلة للذوبان الصحيحه والتي يمكنني أن أوصى بها بثقةفهي صنع الدكتور (و. ج. رندل) ونمرة تسجيلها نمرة ١٨٢٦٨٨ (W. J. Rendell).

وأذا تعذر أدخال أحدى هذه الفرازج لحد فم الرحم أمكن استعمال مدخلةصنع الدكتور ألبت (Dr H. A. Allbutt's Introducer)

ولو أن استعمال هذه المدخلة غير ضروري الا أنه يستحسن العمل بها خصوصاً لمن يستعمل هذه الفرازج لاول مرة كمن تزوج حديثاً.

١٣

الفصل الثالث عشر

(تغيير في حياة المرأة)

ماتسميه النساء 'بتغيير الحياة' هو ذلك الوقت الذي يبتدىء أن ينقطع فيه الحيض . تستمر أغلب النساء في أتيان الحيض عليهن حتى يبلغن الخامسة والأربعين من العمر وربما انقطع الحيض عن البعض وهن في سن الأربعين أو لازمهن (وذلك قليل) لحد سن الخمسين . ويندر أمتناع الحيض فجأة فأن 'تغيير الحياة' يمكث عادة سنين عديدة 'والعادة' فتنقطع اذ ذاك شيئا فشيئا .

فأن حان وقت تغيير المرأة للحياة أتى عليها الحيض عادة بغير انتظام فى مدده فربما مضى الشهران أو أكثر بين العادة والأخرى وتزيد هذه المدة حتى ينقطع الحيض أخيرا دفعة واحدة . وربما كان نزول الدم قليلا جدا ما كنا معها الوقت القصير أو كان كثيرا فيخيفها .

ومن النساء من يخرج منهن على الدوام شيء مصفر ومبيض ومخاطي فيتغير عندما تأتى عليها (العادة) الى ما يشبه الدم وربما استمر هذا السائل مدة سنين حتى لو انقطع عنها الحيض كلية .

وقد يعتري المرأة فى هذه المده أو الدور من حياتها القلق والاضطراب أو يكون هناك آلام في الظهر والاصلاب ومغص وحرارة فى الوجه والتهاب في العضو التناسلي وشعور ببرد . فلا لزوم أن يكون هناك خوف من جهة الأعراض السابق ذكرها لأنها تزول تدريجيا من اغلب النساء . أن هذا الوقت لهو في الحقيقه اكثر تخلصا من الخطر عما هو معلوم لأن أغلب أمراض الرحم والثديين وغير ذلك مما يتعلق بالأعضاء التناسليه اكثر قبولا لأن تنمو وتأتى المرأة قبل انقطاع الحيض عما بعده . والأحرى بالنساء أن يعرفن أنهن لا يكن اكثر تعرضا للموت بين الأربعين والخمسين منه في غير ذلك الوقت وكثيراً ما أتى (تغيير الحياة) على المرأة بغير الكثير من التعب .

ولترطب المرأة امعاءها عند ابتداء التغيير وتروض نفسها

وتلبس ملابس صوفيه (خصوصا مايلي الجلد — اللحم) وعليها أيضا اجتناب البرد والامتناع عن كل أنواع الكحول وعن الكثرة من شرب الشاى. ولترتب جميع اعمالها وما كلها في اوقات محدده. ولا تجامع زوجها بكثره. ويلزم أن يكون طعامها بسيطا وأن لا تبخل على نفسها بالفواكه المطبوخه. ولتجتنب شرب مابردمن المشروبات ان كان جسمها ساخنا. ولا بأس باستحمامها مرة في الاسبوع استحماما يستغرق ساعة من الزمن (كما يقول الدكتور تلت) ويلزم أن تكون حرارة الماء اذ ذاك نحو ٣٧ درجه سنتيجراد.

ويمكن ترطيب الأمعاء بالاستعطاء يوميا من مسحوق سيدلتز أومن مركب مسحوق السوس (Compound Liquorice powder) بمقدار ملعقه صغيره توضع فى الماء أو اللبن.

أما خفقان القلب ووجع الرأس ووجع العصب وعدم النعاس والاحمرار والعرق والخمول والاستيريا أى أختناق الرحم فكل هذه عوارض تزال سريعا بالاذعان لنصح الطبيب. فتعرض المرأة لبعض هذه العوارض لا يستلزم تخوفها منها. فأن كانت العوارض خفيفه أمكنها ازالتها بالاستعطاء من

مسحوق سيدلتز كل صباح فتضيف منه ملعقـه صغيره الى قدح من الماء الدافئ وبذلك تترطب امعاؤها . فان كان خفقان القلب شديداً أمكن الاستعطاء من صبغة ثاني كلورود الحديد (Tincture of perchloride of iron) بقدر عشرين نقطه توضع في الماء وتشرب ثلاث مرات يوميا بعد الأكل مباشرة . ويلزم غرغرة الفم بعد كل جرعة بمحلول ضعيف من كربونات الصودا (carbonate of soda) حتى لا تضر الأسنان .

ولا بأس بالاستعطاء من ألترس كورديال (Aletris cordial) [Rio] قبل الأكل فانه تركيب جميل وحسن المفعول لما يختص بتغيير الحياة فتأخذ منه المرأة ملعقـة صغيرة وتضيفها الى ماءيملأ كأس النبيذ من الماء البارد .

ولوجع العصب يمكن الأستعطاء من تنجا (Tonga) بقدر ملعقة صغيره توضع في الماء البارد وتؤخذ منه ثلاث أو أربع مرات يوميا ويمكن مسح الأعضـاء المؤلمه عدة مرات يوميا من مروخ البلادونا أو الاكونيت (Aconite or Belladonna liniment)

ويجب تجنب المرأة شرب المسكرات أو المخـدرات خصوصا في مثل هـذه المدة - مدة تغيير الحياة — بـل

عليها المحاربة لشعور الكآبة بغير تعاطيها الكحول .

وكل ما سبق انما هو بمقام تحذير لكل امرأة متزوجه فلتتبعها . فكثيرا ما كانت النساء جاهلات بها .

وما سطر هذا الكتاب الا ليعطى كل امرأة التعليمات اللازمه في مدد حياتها الحرجه وارجوا ان القواعد

المختلفه والتعليمات السابق الكلام عليها

تكون سببا في جعل حياة كل

امرأة أسعد وأصح

واكثر تمتعا

انتهى




Bibliotheca Alexandrina
0633025